



visitumea

BJURHOLM NORDMALING ROBERTSFORS UMEÅ VINDELN VÄNNÄS

VISITORS' GUIDE 2018

CULTURE AND SIGHTS

**ACTIVITIES
AND ADVENTURES**

FOOD AND SHOPPING

TRIP RECOMMENDATIONS



Welcome!

Do you love all the things a city has to offer? Preferably combined with a unique experience? Then you are in the right place! The university city of Umeå with its 125,000 inhabitants, is the largest city in northern Sweden. Over 30,000 students give the city a youthful, modern touch, but also an international feel and the openness we are so proud of. Here you will find inspirational shopping, high-class restaurants, comfortable hotels, a lot of culture and interesting architecture.

Around the corner is beautiful countryside with wide forests, wild rivers and rolling seas for you to discover. Easily accessible trails for hiking, cycling or skiing, rugged dog-sled tours, white water rafting that makes the adrenaline pump or looking out for the northern lights that calm the soul...

Throughout the year you can share what is our everyday life - the city's pleasures combined with both calm and exciting outdoors experiences. We warmly welcome you to visit us!

 **Willkommen!** Sie mögen die Vorzüge und Angebote, die eine Stadt zu bieten hat? Und am besten in Kombination mit einem einzigartigen Erlebnis? Dann sind Sie bei uns genau richtig! Die Universitätsstadt Umeå ist mit ihren 125 000 Einwohnern die größte Stadt Nordschwedens, und die mehr als 30.000 Studenten verleihen ihr nicht nur einen frischen und modernen Charakter, sondern auch ein internationales Flair und eine Offenheit, auf die wir sehr stolz sind. Hier finden Sie ein großes Kulturangebot, interessante Architektur, inspirierende Shoppingmöglichkeiten, komfortable Hotels und erstklassige Restaurants.

Und gleich vor der Haustür lädt die wunderbare Natur mit unendlichen Wäldern, wilden Flüssen und dem wogenden Meer zu vielen spannenden Entdeckungsreisen ein: leicht zu erreichende Wege zum Wandern, Radfahren oder auch Skifahren, einmalige Hundeschlittentouren, Rafting für den echten Adrenalinkick oder Polarlichttouren, die die Seele beruhigen ...

Das ganze Jahr über können Sie das erleben, was für uns der Alltag ist – die Vergnügungen der Stadt kombiniert mit aufregenden oder auch ruhigen Naturerlebnissen. Herzlich willkommen!



VISIT UMEÅ – VISITORS' GUIDE 2018

Project Manager: Lotta Wermelin
Production: Visit Umeå Tourist Center/
Pondus Kommunikation

Print: Tryckeri City, Umeå
Paper: cover Amber Graphic 240 g,
insert Arctic matt 100 g

 Svanenmärkt trycksak, 1234 5678



Illustrations: Soja

Photo: Fredrik Larsson, Henke Olofsson, Jonas Svedin, Roger Degerman, Maria Hedberg, Micke Sandström, Petter Engman/Västerbottens museum, Marcus Ljadas, Tinna Sandström, Slöjdarnas Hus, Gotthards Krog/Erik Nissen Johansen, Niclas Kaiser, Sirpa Kärki, Calle Bredberg, Eva Gerhardsson, AnnaKarin Drugge, Matz Glantz, Petter Lämås, Curt Dahlgren, Thea Holmqvist, Forsknäckarna, Umeåfoto/Robert Fjällborg, Oskar Norberg, Malin Grönborg, Leo's Lekland, Linda Rönnlund, Stora Hotellet/Erik Nissen Johansen, Hanna Sondell, Joakim Nilsson/Jocfoto, Kristina Thelin, Ann Vidmark, Klangvägen, Carin Elofsson.

Contents / Inhalt

● Culture / Kultur	4
● Food / Essen & Trinken	16
● Shopping / Shopping	22
● Countryside / Natur	28
● Activities / Aktivitäten	36
● Children & family / Kinder & Familien	50
● Unique accommodation / Besondere Unterkünfte	56
● Trip recommendations / Rundreisetipps	58

Maps / Karten

Umeå	26
The Region / Die Region	68

-  Summer activity / Sommeraktivität
-  Winter activity / Winteraktivität
-  Children & family / Kinder & Familien

SUBJECT TO ALTERATION /
ÄNDERUNGEN VORBEHALTEN



VISIT UMEÅ TOURIST CENTER

Rådhusplanaden 6A, Umeå
+46 (0)90-16 16 16
info@visitumea.se
www.visitumea.se

FOLLOW US! / FOLGEN SIE UNS!



visitumea.se

DON'T MISS!

Brännbollsyran (31 May–2 Jun),
Umeå Live (29 Jun, 5, 25 Jul, 9 Aug),
Diggiloo (22 Jul), **U Rock** (17 Aug),
Lars Winnerbäck (18 Aug), **Umeå
Jazzfestival** (24–28 Oct.) Keep an
eye on www.visitumea.se for more
cultural events!

**Nicht verpassen!**

Brännbollsyran (31.05.–02.06),
Umeå Live (29.06., 05.07., 25.07.,
09.08.), **Diggiloo** (22.07.),
U Rock (17.08.), **Lars Winnerbäck**
(18.08.) **Umeå Jazzfestival**
(24.–28.10.). Weitere kulturelle
Höhepunkte finden Sie auf
www.visitumea.se!

Culture for all the senses

For those of us who live here, it came as no surprise when Umeå was voted Europe's Capital of Culture for 2014. There is a vibrant cultural life here with art, theatre, dance and a music scene that includes everything from hardcore and hip hop to folk music and opera. Easily accessible and close. Creativity, quality and diversity are huge in the cultural hub of Northern Sweden. You don't need to travel the world to experience international exhibitions and performances. The world comes to Umeå and Umeå creates culture for the world. For example, how about a unique performance by **Norrlandsoperan**? Or why not visit **Bildmuseet**, which was listed by *The Telegraph* as one of the world's best museums? We present here a selection from Umeå's cultural smorgasbord.

 **Kultur für alle Sinne.** Für die Einwohner der nordschwedischen Küstenmetropole Umeå war es keine Überraschung, als ihre Stadt 2014 zur Kulturhauptstadt Europas ernannt wurde. Mit ihrem lebendigen, kulturellen Angebot in den Bereichen Kunst, Theater, Tanz sowie einer Musikszene, die von Hardcore und Hip-hop bis hin zu Folkmusik und Oper alles abdeckt, ist sie zugleich leicht zu erreichen und immer nah bei den Menschen. Die Kreativität, Qualität und Vielfalt in der Kulturmetropole Nordschwedens ist enorm. Wer hier lebt, braucht nicht in die weite Welt zu reisen, um internationale Ausstellungen und Veranstaltungen zu erleben. Die Welt kommt nach Umeå, und in Umeå wird Kultur für die ganze Welt geschaffen. Genannt seien hier die in ganz Schweden einzigartigen Vorstellungen im Opernhaus **Norrlandsoperan**. Oder ein Besuch im **Bildmuseet**, das von der britischen Zeitung *The Telegraph* als eines der besten Museen der Welt gelistet wurde. Wir präsentieren Ihnen hier eine Auswahl aus Umeås reichhaltigem kulturellem Buffet.



1

TIPS FROM VISIT UMEÅ!

Umeå is a true theatre city. There are several professional theatre groups here. **Umeå Teaterförening** is Sweden's largest theatre association and arranges performances in everything from theatre and dance to spectacular new circus. For more info about what is on at the theatres, visit www.umeateaterforening.se

 **Visit Umeå empfiehlt!** Umeå ist eine richtige Theaterstadt mit mehreren professionellen Theatergruppen. **Umeå Teaterförening** ist Schwedens größter Theaterverein und arrangiert Vorstellungen in allen Sparten, von Theater über Tanz bis hin zu spektakulärem Neuen Zirkus. Weitere Informationen zum Theaterangebot finden Sie unter www.umeateaterforening.se



2



3

BILDMUSEET

Over the years, Bildmuseet in Umeå has established itself as one of the country's most interesting places for international contemporary art. It features art exhibitions and events for the whole family, always free of charge. The museum is located on the Konstnärligt campus (artistic campus) by the Umeälven river, just a 10-minute walk from the city centre. In addition to continually hosting new exhibitions, the beautiful museum building offers stunning views of the river and the city.

Go on a guided tour – a great introduction that makes it even more enjoyable to explore further on your own. Bildmuseet also has an open image workshop, a well-stocked museum shop, and a café and restaurant.

Art Friday, Bildmuseet's Friday event with art, a bar and free admittance is popular in the spring, autumn and winter. Then there are the evening events with interesting programmes including music, performances, meetings with artists and writers, openings, film screenings and much more. For current exhibitions and a complete programme: www.bildmuseet.umu.se

Don't miss!

John Akomfrah / Purple
13 April – 16 September

Ekologins visionärer (Visionaries of Ecology)
15 June – 21 October

Angela Ferreira 14 October – 17 March 2019

 **Bildmuseet.** In den letzten Jahren hat sich das Bildmuseet in Umeå einen Namen gemacht als eine der interessantesten Bühnen für internationale Kunst der Gegenwart. Und das Beste ist, dass Sie mit der ganzen Familie bei freiem Eintritt sämtliche Kunstausstellungen und Veranstaltungen besuchen können. Das Museum liegt auf dem berühmten Konstnärligt campus (Künstlercampus) am Fluss Umeälven, nur 10 Minuten Fußweg vom Zentrum entfernt. Neben den ständig wechselnden Ausstellungen ist allein die Architektur des Museums und seine Lage mit einem fantastischen Blick über den Fluss und die Stadt einen Besuch wert.

Wir empfehlen Ihnen, an einer Führung teilzunehmen, nach der Sie anschließend auf eigene Faust das Haus mit geweckten Augen erkunden können. Im Bildmuseet gibt es außerdem eine offene Künstlerwerkstatt, einen gut sortierten Museumsshop sowie ein Café und Restaurant.

Art Friday, unser Treffpunkt am Freitag im Bildmuseet mit Kunst, Bar und freiem Eintritt lädt im Frühjahr, Herbst und Winter zum Austausch mit Gleichgesinnten ein. An diesem Tag hat das Museum auch Abends geöffnet und bietet ein interessantes Programm mit Musik, Performance, Begegnungen mit Künstlern und Schriftstellern, Vernissagen, Film und vielem anderen. Für die aktuellen Ausstellungen und das vollständige Programm besuchen Sie bitte www.bildmuseet.umu.se

Auf keinen Fall verpassen!

John Akomfrah / Purple
13. April – 16. September

Ekologins visionärer (Visionäre der Ökologie)
15. Juni – 21. Oktober

Angela Ferreira 14. Oktober – 17. März 2019

GUITARS – THE MUSEUM

Umeå brothers Samuel and Michael Åhdén have one of the world's largest privately owned collections of guitars. Now you have the chance to see these unique electric guitars, electric basses and other rock'n'roll gear from the 1950s onwards. Guitars – The Museum, which was rated by Tripadvisor users as one of Sweden's best museums, is located in Umeå city centre.

Don't miss the guided tour, which features stories about customs officers and priests who design guitars and other strange phenomena. There are opportunities for laughter and a historical description of the technological developments of the 20th century. Guided tours Monday-Saturday (12.00, 15.00, 17.00) – all year round. The tour is included in the entrance fee.

The exhibition *Music Lovers' Place* was built on a donation from an anonymous music lover. A whole life's collected memories connected to artists such as Paul McCartney, Madonna, Neil Young, David Bowie, the Rolling Stones, Debbie Harry, Nirvana, Patti Smith, Bruce Springsteen, Kylie Minogue, Ray Davies, Rod Stewart and another 100 or so rock icons.

 **Guitars – The Museum.** Die Brüder Samuel und Michael Åhdén haben in ihrem Museum eine der größten privaten Sammlungen von Gitarren, Musikinstrumenten und Zubehör von den frühen 50er-Jahren bis heute gesammelt. Zu den Ausstellungsstücken gehören einzigartige E-Gitarren, E-Bässe und andere Dinge aus der Ära des Rock'n'Roll. Das Gitarrenmuseum, das im Ranking von Tripadvisor als eines der besten Museen in Schweden aufgeführt ist, liegt im Zentrum von Umeå.

Versäumen Sie nicht die Führung, bei der Geschichten von Zollbeamten und von Pfarrern, die Gitarren entwerfen, sowie über viele andere merkwürdige Geschehnisse erzählt werden. Lachen und staunen Sie über einen so nie gewagten Blick auf die technischen Entwicklungen des 20. Jahrhunderts. Führungen Montag – Samstag (12.00, 15.00, 17.00 Uhr) – das ganze Jahr über. Die Führung ist im Eintrittspreis inbegriffen.

Die Ausstellung Music Lovers' Place basiert auf einer Schenkung eines anonymen Musikliebhabers. In der Sammlung finden sich die in einem ganzen Leben gesammelten Stücke von Künstlern wie Paul McCartney, Madonna, Neil Young, David Bowie, The Rolling Stones, Debbie Harry, Nirvana, Patti Smith, Bruce Springsteen, Kylie Minogue, Ray Davies, Rod Stewart und Hunderten weiteren Rockikonen.



1

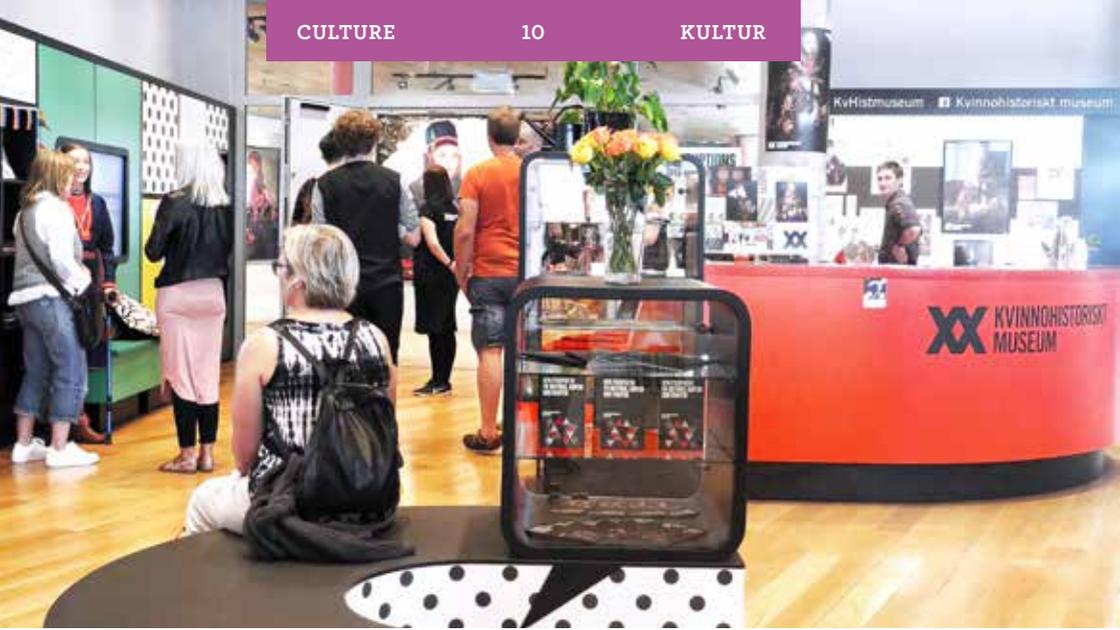
TIPS FROM VISIT UMEÅ!

Interested in listening to music from Umeå? Check out the Spotify playlist »Umeå. More music!« which contains both well-known and new Umeå artists.

 **Visit Umeå empfiehlt!** Sie sind neugierig, wie Musik aus Umeå klingt? Suchen Sie nach »Umeå. More music!« auf Spotify und entdecken Sie bekannte und neue Musiker aus Umeå.

2





KULTURHUSET VÄVEN WITH KVINNOHISTORISKT MUSEUM

The Kulturhuset **Väven** is a cultural centre in the heart of Umeå with many exciting activities, including an indoor piazza with cafés and restaurants, two hotels, cinemas and stages, Umeå's city library and Sweden's first museum of women's history.

The **Kvinnohistoriskt museum** (Museum of Women's History) is a living museum, which makes you want to come back again and again. The museum spotlights the experiences and stories of women in the otherwise traditionally male-dominated history. It discusses perceptions of gender and power, identity and history, while giving new perspectives on the past, highlighting the present, and together with visitors shaping the future. Quite simply a place for reaction, action, laughter and debate. For current exhibitions, read here www.kvinnohistoriskt.se

 **Kulturhuset Väven und Kvinnohistoriskt museum.** Das Haus der Kultur **Väven** im Zentrum Umeås beherbergt eine Vielzahl interessanter Projekte, darunter eine Markthalle mit Cafés und Restaurants, zwei Hotels, Kinos und Bühnen, Umeås Stadtbibliothek und Schwedens erstes historisches Museum, in dem Frauen im Mittelpunkt stehen.

Kvinnohistoriskt museum (Museum für Frauengeschichte) ist ein lebendiges Museum, das zu wiederholten Besuchen lockt. Hier werden die Erfahrungen und Berichte verschiedener Frauen in einer traditionell männlichen Geschichtsschreibung gespiegelt. Die Ausstellungen greifen die Themen Geschlechter und Macht, Identität und Geschichte ernsthaft auf, werfen neue Blickwinkel auf die Vergangenheit, beleuchten die Gegenwart und schaffen gemeinsam mit den Besuchern die Zukunft. Kurz: ein lebendiger Ort für Aktion, Reaktion, Spaß und ernsthafte Debatten. Informationen zu den aktuellen Ausstellungen finden Sie unter www.kvinnohistoriskt.se



NORRLANDS- OPERAN

Since **Norrlandsoperan** was founded more than 40 years ago, it has evolved from a regional opera ensemble to a performing arts house with a very broad range of activities. There is a symphony orchestra and departments for opera, dance, music and contemporary art.

Apart from their own productions, which are characterised by both tradition and provocation, the opera hosts touring performances every season and has several international partners. For the current programme, read here www.norrlandsoperan.se

 **Norrlandsoperan.** Seit Norrlandsoperan vor mehr als 40 Jahren gegründet wurde, hat sich das Haus von einer regionalen Opernbühne zu einem Haus der Bühnenkunst mit sehr breitem Spektrum entwickelt. Hier ist das Symphonieorchester ebenso beheimatet wie die Sparten Oper, Tanz, Musik und Gegenwartskunst.

Neben den eigenen Produktionen, die sich durch ihre Mischung aus Tradition und Provokation einen Namen gemacht haben, arbeitet das Haus mit mehreren internationalen Partnern zusammen und bietet jede Saison eine Reihe von Gastspielen anderer Häuser. Informationen zum aktuellen Programm finden Sie auf www.norrlandsoperan.se



TIPS FROM VISIT UMEÅ!

Kulturrundan Två Älvar is a scenic art route between the two rivers Vindelälven and Umeälven, which offers cultural activities throughout the summer. Discover new favourite places with art, handicrafts, history, music, theatre, Sami culture and much more. More info at www.visitumea.se

 **Visit Umeå empfiehlt!** *Kulturrundan Två Älvar ist ein schöner Rundwanderweg zwischen den Gebirgsströmen Vindelälven und Umeälven, der in den Sommermonaten eine ganze Reihe von Kulturaktivitäten bietet. Hier können Sie Ihre neuen Lieblingsplätze für Kunst, Kunsthandwerk, Geschichte, Musik, Theater, samische Kultur und anderes mehr entdecken. Weite Informationen finden Sie auf: www.visitumea.se*



VÄSTERBOTTENS MUSEUM

At Gammlia in Umeå is the family-friendly Västerbotten Museum that has exhibitions and programmes on cultural history, art and textiles, as well as photography in the **Sune Jonsson Centre for Documentary Photography**. Also here is the world's oldest ski, which is actually older than the pyramids in Egypt! The children's workshop is always open, so just drop-in. A well-stocked museum shop and a cosy café that was mentioned in White Guide café. Free entry.

In the summer of 2018, a comprehensive building management programme will begin outdoors on the farms and buildings from coast to mountain. Follow the work of sustainable restoration of the historic buildings in preparation for the 100-year anniversary in 2021. With a picnic basket from the café, you can sit and enjoy the pond, while the children experience an old-fashioned school day in the old schoolhouse and take part in playground games from the past.

The museum offers many events throughout the year, ranging from veteran car meets and dances to Midsummer celebrations and traditional Christmas markets. For current exhibitions and a complete programme, read here www.vbm.se

Don't miss!

Exhibition: En sagolik skola
(A fantastic school) 6 May –26 August
Christmas market 8–9 December

 **Västerbottens museum.** Auf dem Gelände Gammlias in Umeå liegt das familienfreundliche Västerbottens Museum, das vielfältige Ausstellungen und Veranstaltungen zur Kulturgeschichte, Kunst und Textil sowie Fotografie im **Sune Jonsson Centrum för dokumentärfotografi** zeigt. Hier sind auch die ältesten Skier der Welt ausgestellt, die tatsächlich älter sind als die Pyramiden in Ägypten! Für Kinder gibt es eine Bastel- und Malwerkstatt, in der sie ihrer Kreativität freien Lauf lassen können. Ein gut sortierter Museumsshop und das gemütliche Café, das im White Guide Café Aufnahme gefunden hat, sorgen für einen rundum gelungenen Museumsbesuch. Freier Eintritt.

Im Sommer 2018 beginnt eine umfangreiche Restaurierung der Höfe und Gebäude des Freilichtmuseums, das Beispiele typisch schwedischer Bautraditionen von der Küste bis zu den Bergen zeigt. Hier können Sie der Arbeit an den historischen Gebäuden bis zum 100-jährigen Jubiläum im Jahr 2021 folgen. Mit einem Picknickkorb aus dem Café können Sie es sich am kleinen See gemütlich machen, während die Kinder einen historischen Schultag im alten Schulhaus und typische Pausenspiele von damals erleben können.

Das Museum bietet im Laufe eines Jahres zahlreiche wiederkehrende Veranstaltungen, von Oldtimer-Treffen über Tanzabende bis hin zur Mittsommerfeier und einem traditionellen Weihnachtsmarkt. Informationen zu den aktuellen Ausstellungen und das vollständige Programm finden Sie unter www.vbm.se

Auf keinen Fall verpassen!

Ausstellung: En sagolik skola
(Eine sagenhafte Schule) 6. Mai – 26. August
Julmarknad (Weihnachtsmarkt) 8.–9. Dezember

UMEDALENS SKULPTURPARK

In Umedalen in Umeå is one of Northern Europe's leading sculpture collections, with over 40 pieces by artists such as: Tony Cragg, Louise Bourgeois, Antony Gormley, Jaume Plensa and Anish Kapoor. The park is open all day, every day of the year. Free entry. In the area is the White Guide-recommended restaurant **Bistro Le Garage** and the popular **IKSU spa**.

KONSTVÄGEN SJU ÄLVAR

Our region contains six of the thirteen artworks that are on Konstvägen, which is probably the world's longest permanent art exhibition. It stretches for 350 km from the coast in Holmsund to the mountains in Borgafjäll. One of the more famous works along the route is »Hägring« – a glass church standing in the middle of a bog between Bjurholm and Vännäs.

SLÖJDARNAS HUS

On the shore of Vindelälven river in Vännäsby is Slöjdarnas Hus, a popular summertime outing. Here you can buy quality handicrafts from the local area and enjoy a good fika in the café. Buy some freshly baked crispbread from the small bakery. In the weeks before Christmas, we are open longer, so you can tick off your Christmas list with quality handicrafts made by local artisans.

UMEDELENS SKULPTURPARK

Der Skulpturenpark Umedalen in Umeå bietet eine der größten Skulpturensammlungen Nordeuropas mit Werken von Künstlern wie Tony Cragg, Louise Bourgeois, Antony Gormley, Jaume Plensa und Anish Kapoor. Der Park ist das ganze Jahr über geöffnet – 24 Stunden am Tag. Freier Eintritt. Auf dem Gelände liegt auch das im Restaurantführer White Guide empfohlene **Bistro Le Garage** und die beliebte Wellnessanlage **IKSU Spa**.

KONSTVÄGEN SJU ÄLVAR

In unserer Region befinden sich sechs der insgesamt dreizehn Kunstwerke entlang des Konstvägen, der vermutlich längsten Dauerkunstaussstellung der Welt. Über 350 km streckt sich der Konstvägen von der Küste bei Holmsund bis in das schwedische Gebirge Borgafjäll. Eines der bekannteren Werke entlang der Straße ist »Hägring« (Fata Morgana) – eine Kirche aus Glas, die inmitten eines Moores zwischen Bjurholm und Vännäs steht.

SLÖJDARNAS HUS

Am Ufer des Flusses Vindelälven in Vännäsby befindet sich Slöjdarnas Hus, das Haus des Kunsthandwerks, ein beliebtes Ausflugsziel im Sommer, in dem Sie hochwertiges Kunsthandwerk aus der Region erwerben und anschließend im Café eine Pause einlegen können. Als Souvenir können Sie sich auch frisch gebackenes Fladenbrot aus dem Backhaus mitnehmen. In den Wochen vor Weihnachten ist das Haus ebenfalls geöffnet, damit Sie den Sack für die Weihnachtsgeschenke mit schönen Dingen der Kunsthandwerker aus der Region füllen können.



1



2



3



TIPS FROM VISIT UMEÅ!

Umeå offers lots of **culture for children**. Norrlandsoperan offers a wide range of performances for children and families; the cultural centre Väven offers children's cinema, theatre, fairy tales and a design workshop for creating ideas. Creative Saturdays at the old harbour warehouse Hamnmagasinet are also popular. Minimus is the children's creative workshop at Västerbotten's museum; Bildmuseet offers an open image workshop and special family showings of current exhibitions. Read more at www.visitumea.se

At www.visitumea.se, fans of culture, the arts and handicrafts can get tips on other exciting places to visit – from museums to galleries.

 **Visit Umeå empfiehlt!** Umeå bietet jede Menge **Kultur für Kinder**. Das Opernhaus Norrlandsoperan hat ein großes Angebot an Kinder- und Familienvorstellungen und das Kulturhaus Väven bietet Kino für Kinder, Theater, Märchenstunden und eine Künstlerwerkstatt für kreatives Schaffen. Skapande lördag (Kreativer Samstag) im Hafnmagazin Hamnmagasinet ist auch sehr beliebt bei den Kindern. Minimus ist die Kreativwerkstatt für Kinder des Museums Västerbotten, und im Bildmuseum gibt es eine offene Künstlerwerkstatt sowie spezielle Familienführungen durch die aktuellen Ausstellungen. Lesen Sie mehr auf: www.visitumea.se

Auf www.visitumea.se erhalten Liebhaber von Kultur, Kunst und Handwerk Tipps zu weiteren interessanten Ausflugszielen – Museen, Galerien etc.

RESTAURANTS RECOMMENDED IN WHITE GUIDE 2018 / IM WHITE GUIDE 2018 EMPFOHLENE RESTAURANTS

Gotthards Krog Umeå City
Bistro Le Garage Umedalen, Umeå
Köksbaren Umeå City
Ålvtået naturvinbar & ekokrog Grubbe, Umeå
Hunger & Törst Umeå City
Fiskekrogen Kvarkenfisk Rovögen, Täfteå
Restaurang Runt Hörnet Umeå City
Rex Brasserie Umeå City
Tapas Bar Deli & Vinotek Umeå City

TIPS FROM VISIT UMEÅ!

It's a good idea to book a table in advance, so you can be sure of getting a place at your favourite restaurant.

 **Visit Umeå empfiehlt!** Wir empfehlen Ihnen einen Tisch zu reservieren, damit Sie sicher sein können, dass Sie auch wirklich in Ihrem Lieblingsrestaurant einen Platz bekommen.

Everyone is a foodie here

Umeå is a fantastic food town. Nine of the city's restaurants are listed in the White Guide, which also recommends several of our cafés. Most of them, regardless of focus, use produce from our part of the country – reindeer and moose, char, whitefish and whitefish roe, deer, lingonberry and arctic raspberries. Västerbotten cheese is obviously also included in some form on almost all menus, even on the dessert menus.

Here we have assembled some of our dining gems, where the setting and atmosphere guarantee to add an extra touch to your dining experience. For more info about the regions many restaurants, cafés and farm shops, visit our website www.visitumea.se

 **Bei uns werden Sie Freude am Essen haben.** Umeå ist ein richtiges Mekka für Freunde guter Küche. Ganze neun der Restaurants in der Stadt sind im White Guide, dem Restaurantführer über die besten Restaurants in Schweden, aufgeführt, ebenso wie einige unserer Cafés. In den meisten Restaurants werden mit Vorliebe regionale Delikatessen verarbeitet wie Rentier, Elch, Saibling, Lavaret und Ukeleirogen, Moltebeeren, Preiselbeeren und Schwedische Ackerbeeren etc. Und natürlich findet sich auch der international bekannte Västerbottenkäse auf so gut wie allen Speisekarten wieder, auch als Dessertkäse.

Hier haben wir einige unserer besten Restaurants aufgelistet, deren Ambiente und Atmosphäre das i-Tüpfelchen ihres Geschmackserlebnisses sein werden. Weitere Informationen zu den zahlreichen Restaurants, Cafés und Hofläden der Region finden Sie auf unserer Website www.visitumea.se

SOME TIPS IF YOU WANT TO...

...TRY SOME FOOD WITH TASTES FROM NORTHERN SWEDEN

For a true gourmet experience with produce from our part of the country – select one of our popular *White Guide* restaurants (see previous page). Regardless of the restaurant's focus, you can be sure to find something with a Vasterbotten taste, albeit with the chef's own little twist.

...COMBINE DINNER WITH AN ACTIVITY

Orangeriet Boule och Bistro has a Mediterranean feel, and there are boule lanes, shuffleboard, 8-ball pool and darts in the restaurant. In addition to its restaurant, **O'Learys** also offers eight bowling alleys and miniature golf.

...HAVE A VEGETARIAN / VEGAN / ECOLOGICAL LUNCH

Rost, Kulturbageriet and **Gamla Bibliotekskaféet** are popular cafés, all serving good lunch options as well as great fika.

...EAT BY THE UMEÄLVEN ☀️

The restaurant boat **Sjöbris** has indoor and outdoor seating and live shows several times a week. The restaurant **Båten** is also popular in the summer.

...HAVE A REALLY GOOD FIKA

Costas of Sweden is the place for those who like fine coffee. **Nya Konditoriet** is Umeå's oldest coffee shop. If you want to combine a good fika with a cultural experience, then don't miss out on the café at **Västerbottens museum!**

🇩🇪 TIPPS FÜR ALLE, DIE ...

... GUTES ESSEN MIT DEM GESCHMACK VON NORDSCHWEDEN TESTEN WOLLEN

Für ein richtiges Gourmeterlebnis, mit regionalen Erzeugnissen aus unserem Teil des Landes, empfehlen wir die beliebten White Guide-Restaurants (s. vorhergehende Seite). Unabhängig von der Geschmacksrichtung des Restaurants können Sie sicher sein, einen Geschmack von Västerbotten zu bekommen, stets mit dem individuellen Touch des jeweiligen Küchenchefs.

... ESSEN MIT EINER AKTIVITÄT VERBINDEN WOLLEN

Orangeriet Boule och Bistro vermittelt das Flair des Mittelmeeres und bietet Boulebahnen, Shuffleboard, Billiard und Dart im Restaurant. O'Learys bietet neben guter Küche auch acht Bowlingbahnen und Minigolf.

... EIN VEGETARISCHES / VEGANES / ÖKOLOGISCHES LUNCHRESTAURANT SUCHE

Rost, Kulturbageriet und Gamla Bibliotekskaféet sind beliebte Cafés, die neben leckerem Kaffee und Kuchen auch gute Alternativen für die Mittagsmahlzeit bieten.

... AM FLUSS UMEÄLVEN ESSEN WOLLEN ☀️

Das Restaurantboot Sjöbris hat drinnen und draußen Sitzplätze und bietet Live-Auftritte an mehreren Abenden in der Woche. Auch Båten ist im Sommer ein beliebtes Restaurant direkt am Wasser.

... RICHTIG GUTEN KAFFEE SUCHE

Costas of Sweden ist das Café für den Kaffee-feinschmecker. Nya Konditoriet ist Umeås älteste Konditorei. Wollen Sie guten Kaffee und Kuchen mit Kultur kombinieren, sollten Sie unbedingt Västerbottens museums kafé besuchen!



1



DON'T MISS!

Umeå Smakfestival (food festival) (13–16 Sep), **NOLIA Beer** (19–20 Oct) and other »tasteful« events. Keep an eye on the calendar at www.visitumea.se

 **Nicht verpassen! Umeå Smakfestival** (Festival der Geschmäcker) (13.–16.09.), **NOLIA Beer** (Bierfestival) (19.–20.10.) und andere »geschmackvolle« Events. Den Event-Kalender finden Sie auf www.visitumea.se

TIPS FROM VISIT UMEÅ!

DUÅ in central Umeå is a personal delicatessen shop that guarantees quality, origin and food experiences. Some evenings, when the shop closes for the day, the trendy bar called **Open/Closed** opens for business in the same premises.

Visit Umeå empfiehlt!

DUÅ im Zentrum von Umeå ist ein Delikatessengeschäft mit persönlichem Service, das sich für Qualität, Ursprung und Gourmeterlebnisse einsetzt. Einige Abende, wenn das Geschäft schließt, öffnet die angesagte Bar **Open/Closed** an derselben Adresse.



DISCOVER OUR FARM SHOPS

Many of the farms and local food producers who supply fresh produce to the city's restaurants are also open to visitors. If you are planning a visit, we recommend that you call in advance. Much can happen on a farm that can change the opening hours.

HÄLJE GÅRD

In the farm shop just outside Umeå you can buy meat and skins from the farm's own sheep. There are also products from other local manufacturers and a wide range of activities.

ÅBRÅNETS LIMOUSIN

A farm shop and a café located in a beautiful rural setting by Hörneån river. In addition to a successful farm, it offers a shop that sells the farm's own delicious Limousin beef and sausages.

LEVA GÅRDSBUTIK

In Östra Spöland you can buy organic grass-fed meat from their own farm, meat and cheese from other farms in the area, as well as children's clothes and caps from their own studio. There is also a café at the farm.

SALTERIET

Among the red fishing huts in Obbola, freshly caught fish is sold directly by Salteriet's fishers. During the summer, cold fish meals and sandwiches are served to take away or to enjoy by the pier.

NORUM FISKRÖKERI

This fish smokehouse produces quality products with great attention to detail. They have everything from delicious seafood to the accessories that turn the simplest meal into a party.

 **Entdecken Sie unsere Hofläden.** Viele der Höfe und regionalen Lebensmittelproduzenten, die ihre Erzeugnisse an die Restaurants der Stadt liefern, laden auch zu einem Besuch ein. Wir empfehlen jedoch, sich vorher telefonisch anzumelden, um sicher zu gehen, dass sich die Öffnungszeiten nicht geändert haben.

HÄLJE GÅRD

Im Hofladen direkt außerhalb der Stadt können Sie Fleisch und Felle von den hofeigenen Schafen kaufen. Außerdem gibt es Erzeugnisse von anderen Produzenten in der Nähe sowie ein breites Angebot an Aktivitäten.

ÅBRÅNETS LIMOUSIN

Ein Hofladen und Café in wunderschöner ländlicher Umgebung am Fluss Hörneån. Neben der Landwirtschaft bietet der Hof auch den Verkauf delikatere Fleisch- und Wurstprodukte von Limousin-Rindern.

LEVA GÅRDSBUTIK

In Östra Spöland können Sie Biofleisch aus eigener Produktion, Fleisch und Käse von Höfen aus der Umgebung und nicht zuletzt Kinderkleidung und Mützen aus dem eigenen Atelier erwerben. Auf dem Hof gibt es auch ein Café.

SALTERIET

Zwischen den roten Fischerhütten in Obbola wird frisch gefangener Fisch verkauft, der direkt von den Fischern der Salteriet geliefert wird. Im Sommer kann man hier kalte Fischspeisen und Fischbrötchen fürs Picknick oder zum Genuss direkt am Anleger kaufen.

NORUM FISKRÖKERI

Die Arbeit an den Qualitätsprodukten und an der Veredelung der Rohwaren geht in der Räucherei bis ins kleinste Detail. Hier gibt es Leckeres aus dem Meer sowie Beilagen, die jede Mahlzeit zu einem Fest machen.



1

TIPS FROM VISIT UMEÅ!

Do you like **Västerbottensost** – or Västerbotten cheese – as much as we do? If so, don't miss the **Västerbottensost visitor centre** in Burträsk, where you'll have the opportunity to experience Västerbotten cheese with all your senses. Open in summer. Other times require a reservation. Read more at www.visitumea.se

 **Visit Umeå empfiehlt!** Mögen Sie den **Västerbottenkäse** auch so gerne wie wir? In dem Fall sollten Sie auf keinen Fall das Besucherzentrum **Västerbottensost besökscenter** in Burträsk verpassen, wo Sie die Chance haben, den Västerbottenkäse mit allen Sinnen zu erleben. Geöffnet im Sommer, zu anderen Zeiten auf Anfrage. Lesen Sie mehr auf www.visitumea.se

VINDELNRÖKT GÅRDSBUTIK

At the smokehouse in Vindeln there is a farm shop where you can buy various Vindelnrökt produce. High-quality produce from Norrland and the local area varies with the seasons.

FAMILJEN HANSEN CHARKUTERI

This family butcher's shop in Stöcksjö uses the finest local raw ingredients to produce sausages and other meat products with the taste of Västerbotten.

VINDELNRÖKT GÅRDSBUTIK

Die Räucherei in Vindeln beherbergt auch einen Hofladen, in dem Sie die Produkte von Vindelnrökt in allen Formen sowie viele weitere regionale und nordschwedische Produkte je nach Saison erwerben können.

FAMILJEN HANSEN CHARKUTERI

Die Metzgerei in Stöcksjö verwendet nur die allerbesten Rohwaren für ihre Wurst- und Fleischprodukte mit dem unwiderstehlichen Geschmack von Västerbotten.

**DON'T MISS!**

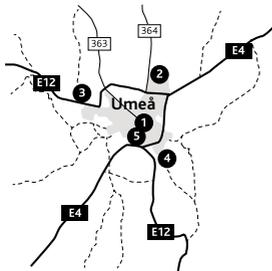
Wheels (30 Jun), **Umeå Fashion Week** (27–29 Sep). Keep an eye on www.visitumea.se for more events in central Umeå!

 **Nicht verpassen! Wheels** (30.06.), **Umeå Fashion Week** (27.–29.09.). Weitere Highlights in der Stadt finden Sie auf www.visitumea.se/

Unique shops to enjoy

Umeå is undoubtedly the trendiest shopping city in northern Sweden. The range of shops is large, both in the centre and in the outlying commercial areas. All the major chains are represented here. IKEA in Söderslätt's shopping centre is perhaps the jewel in the crown. We are also very proud of the wide range of unique shops, most of which are found in central Umeå. This brochure gives tips on some of them. Find more at www.visitumea.se

 **Shopping.** Umeå ist zweifellos die Shoppingadresse im nördlichen Schweden. Das Angebot und die Vielfalt in den Einkaufszentren sind groß, ob im Zentrum oder außerhalb. Und natürlich sind alle größeren Ketten und auch IKEA im Söderslätt's Einkaufszentrum vertreten. Ganz besonders stolz sind wir auf die zahlreichen kleineren Boutiquen, die sich hauptsächlich im Stadtzentrum von Umeå befinden. In dieser Broschüre haben wir einige von ihnen für Sie herausgepickt. Weitere finden Sie auf www.visitumea.se



SHOPPING IN UMEÅ

- 1 Umeå City
- 2 Stora Birk
- 3 Klockarbäcken
- 4 Strömpilen
- 5 Söderslätt (IKEA)



UMEÅ'S OLDEST SHOPS

Frukthörnan is Umeå's oldest shop with a large assortment of quality chocolates and liquorice. In the pedestrian street you will find **Burman's music** – Sweden's oldest music shop with both new and used records and discs within most music genres. The lingerie shop **Ingrids** has been offering its unique service since 1956 – lingerie and swimwear for all shapes.

HANDICRAFTS AND UNIQUE DESIGN IN UMEÅ

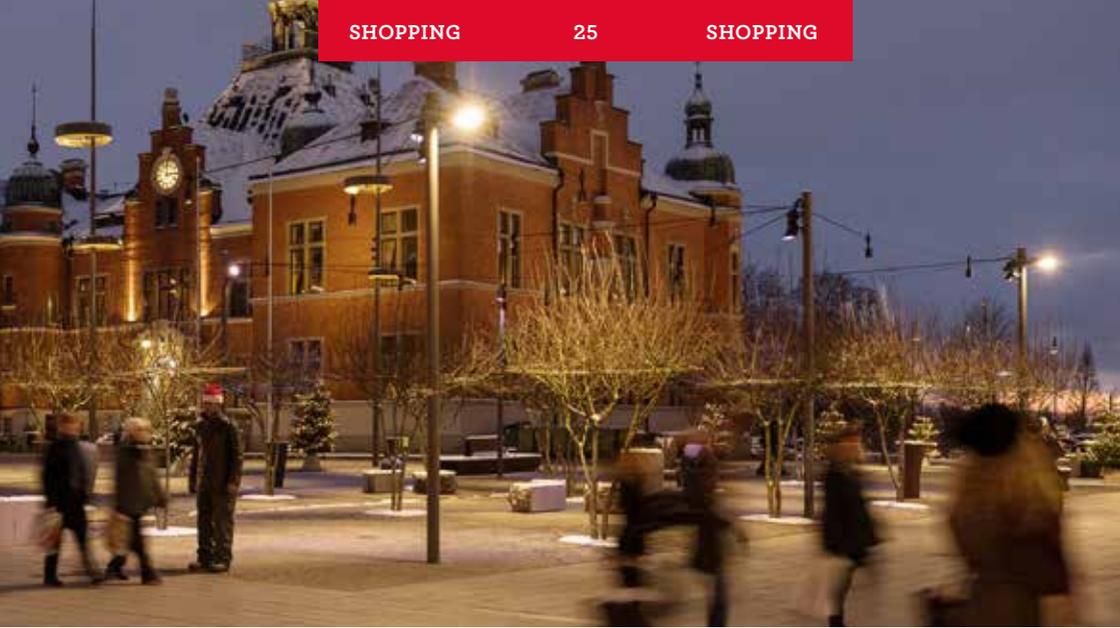
The **Hemslöjden** shop offers a wide range of the very best in Swedish handicrafts. **Handelsgården** sells locally produced handicraft items, pieces of art and delicacies. **Guldsmedjan** creates unique jewellery with their own designs – from beautiful rings to colourful necklaces. **Eljest** is the shop is for you if you are looking for something that's a bit different, with a focus on locally produced Västerbotten design. At the **uMe store** you'll find selected interior design details and exciting accessories. The trendy and inspiring interior design shop **Designbutiken** is also located in the centre of Umeå.

UMEÅS ÄLTESTE GESCHÄFTE

***Frukthörnan** ist Umeås ältestes Geschäft mit einem großen Sortiment an hochwertigen Schokolade- und Lakritzprodukten. In der Fußgängerzone liegt **Burmans musik** – Schwedens ältestes Schallplattengeschäft mit sowohl neuen als auch gebrauchten Platten und CDs in den meisten Musiksparten. Die Wäscheboutique **Ingrids** bietet seit 1956 einen einmaligen persönlichen Service. Hier gibt es Wäsche und Bademode in allen Größen.*

HANDWERK UND DESIGN IN UMEÅ

*Das Geschäft **Hemslöjden** führt ein großes Sortiment an exklusiven schwedischen Kunsthandwerksprodukten. Bei **Handelsgården** gibt es regional produzierte Handwerks-/Kunsthandwerksprodukte sowie Delikatessen. **Guldsmedjan** stellt einzigartigen Schmuck mit eigenem Design her – von schönen Ringen bis hin zu farbenfrohen Halsketten. **Eljest** ist ein Geschäft für alle, die auf der Suche nach dem etwas »Anderen« (Schwed.: *eljest*) sind, mit Schwerpunkt auf regionale Erzeugnisse und Design aus Västerbotten. Im **uMe store** finden Sie ausgewählte Einrichtungsobjekte und spannende Accessoires. Das trendige und inspirierende Einrichtungsgeschäft **Designbutiken** liegt ebenfalls im Zentrum von Umeå.*



BUY SUSTAINABLY

Linné och Grankvist are florists who work sustainably and choose locally produced and ecological flowers whenever possible. Don't miss their assortment of beautiful vintage pots! Umeå's most well-stocked organic store, **Meretes**, has a wide range of foods, skin care and makeup. The Red Cross shop, **Röda Korset City**, features a hand-picked assortment of fashion and interior design in an attractive shop.

WORTH AN OUTING

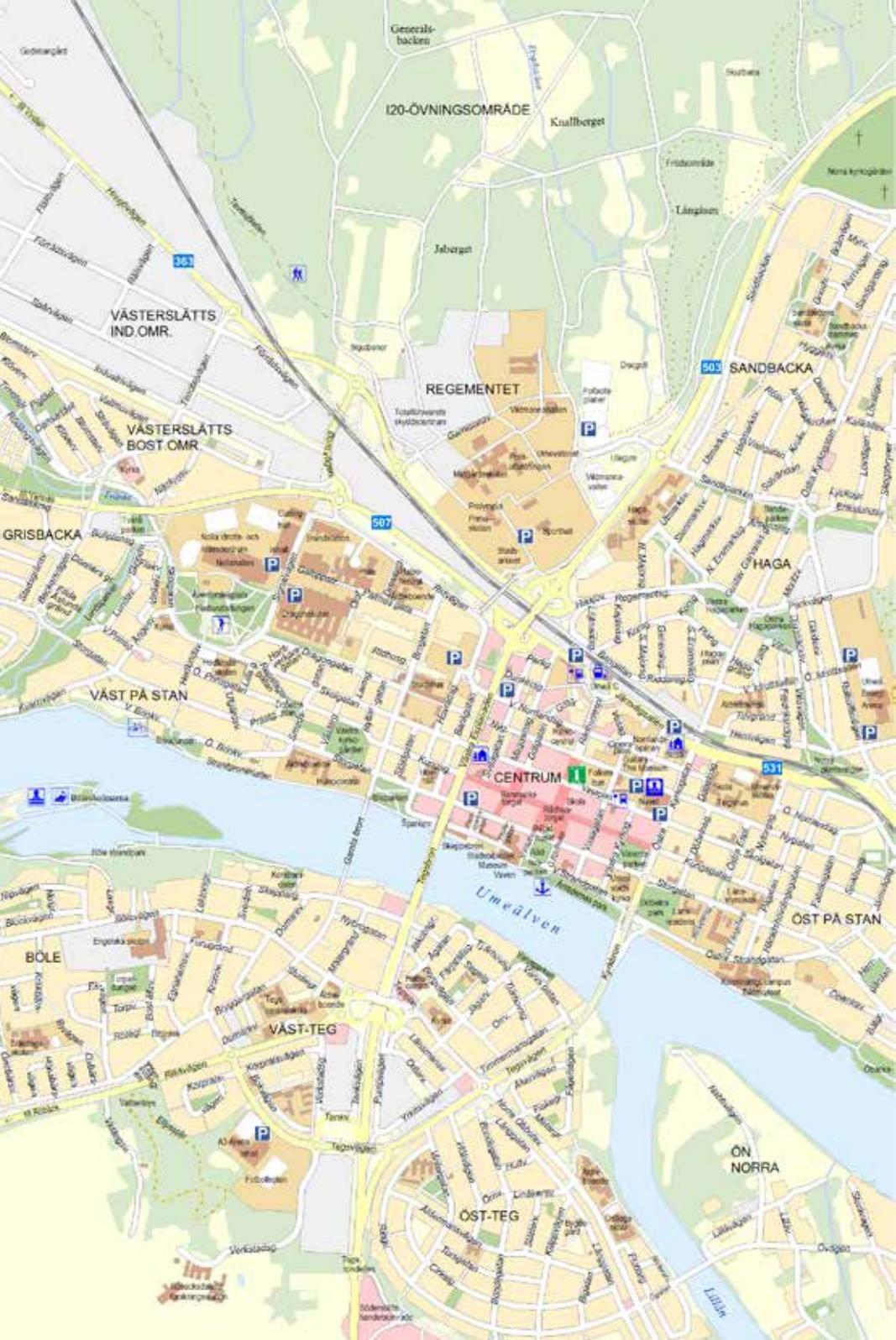
For those who like antiques and second-hand, **Stenfors gård** in Ånäset is a must-visit, with large flea-market halls filled with antique furniture and other curiosities. **Slöjdarnas Hus** on the shore of the Vindelälven river in Vännäsby is a popular tourist attraction in the summer and the weeks before Christmas, selling quality handicraft items from the region. **Hantverk i Ratan** is open in summers in the old port warehouse Hamnmagasinet in the historic village of Ratan. See page 60 to read about the artisans and attractions along **Formstråket**. And fashion bugs won't want to miss **Häggsströms Modehus** in Lögdeå, a Mecca of designer and quality clothes.

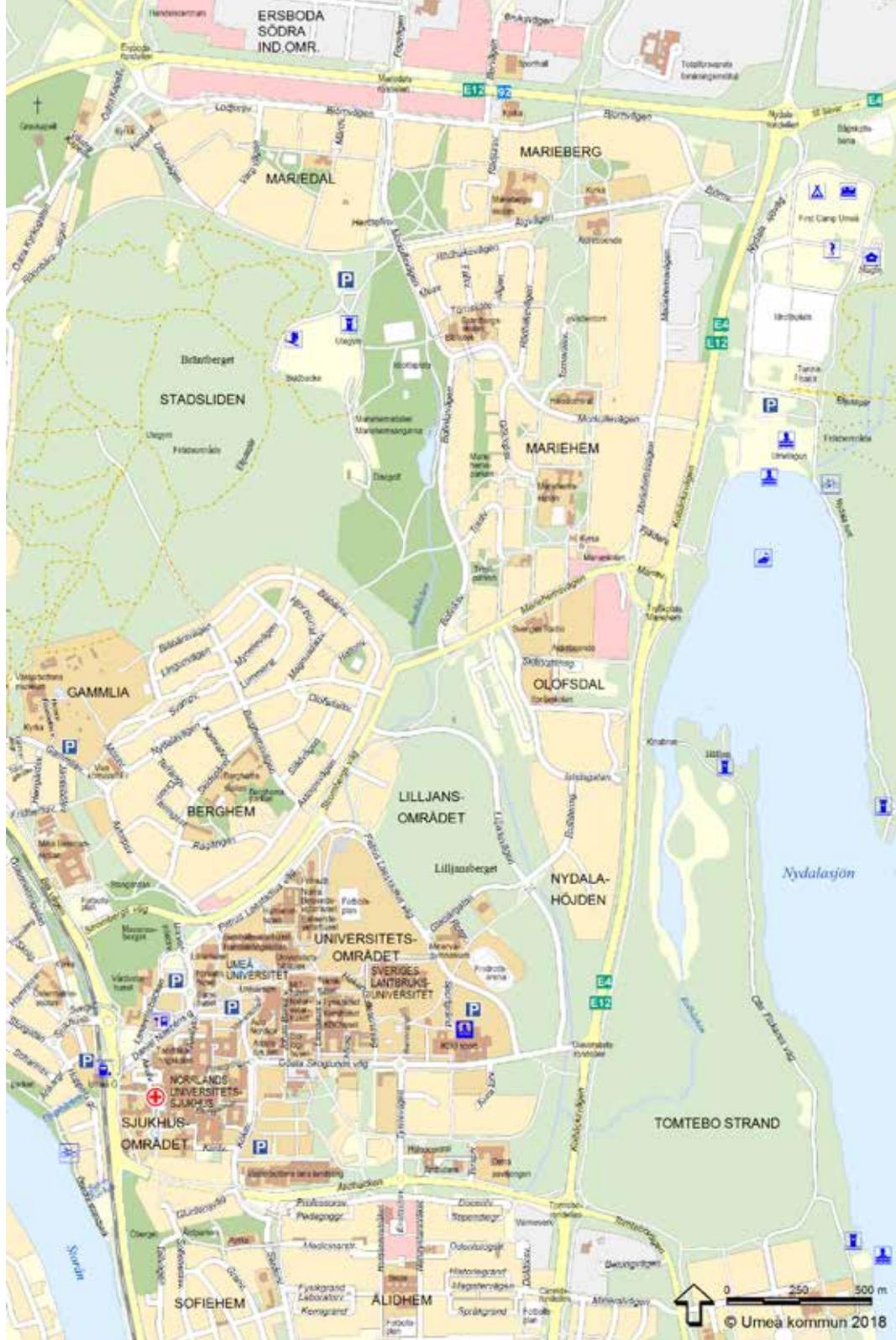
NACHHALTIG SHOPPEN

Linné och Grankvist ist ein Blumenladen, der nachhaltig arbeitet und, soweit möglich, regionale und ökologische Erzeugnisse anbietet. Ein weiteres Plus ist das Sortiment an wunderbaren Vintage-Blumentöpfen! Umeås gut sortierter Bioladen, **Meretes**, hat ein breites Angebot an ökologischen Lebensmitteln, Hautpflegeprodukten und Make-up. Bei **Röda Korset City** finden Sie ein sorgfältig ausgewähltes Mode- und Einrichtungssortiment in ästhetisch ansprechender Einkaufsumgebung.

EINEN AUSFLUG WERT

Alle, die Antiquitäten und Second Hand lieben, kommen an **Stenfors gård** in Ånäset nicht vorbei. Hier warten große Flohmarkthallen mit antiken Möbeln und anderen Kuriositäten auf Sie. **Slöjdarnas Hus** am Ufer des Flusses Vindelälven in Vännäsby verkauft hochwertiges Kunsthandwerk aus der Region und ist ein beliebtes Ausflugsziel im Sommer und in den Wochen vor Weihnachten. **Hantverk i Ratan** ist im Sommer im Hafentempel Hamnmagasinet in der historisch interessanten Ortschaft Ratan geöffnet. Auf Seite 60 können Sie mehr über die Handwerker und Ausflugsziele entlang der Designermeile **Formstråket** lesen. Versäumen Sie auch nicht einen Besuch in **Häggsströms Modehus** in Lögdeå, zu dem die Menschen seit Jahrzehnten wegen des riesigen Angebots an Marken- und Qualitätskleidung wallfahren.





0 250 500 m

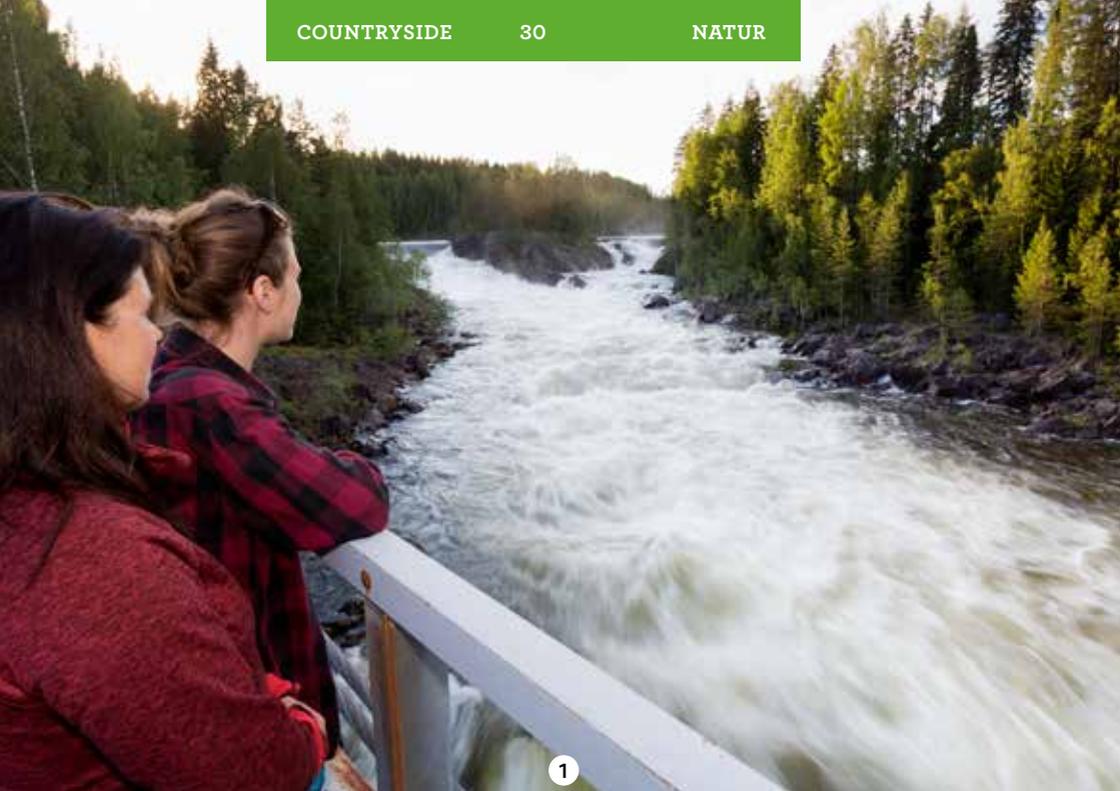
© Umeå kommun 2018



Discover the sea, rivers and forests

In the Umeå region it's easy to get out into the countryside – summer and winter, alone or with the help of a guide. There are many opportunities to encounter all the variety of the seasons and the different »faces« of the countryside along our 800 km of winding coast, and in river and forest settings. Experience bright summer nights and the northern lights, the swells of the sea, the wild noise of the rapids, and the rustling of the tree tops in old forests. Nature reserves and sea baths, pleasant outings and exciting adventures, easily accessible hiking trails and well-prepared skiing trails ... Close to town or far away from it – it's all up to you!

 **Entdecken Sie Flüsse, Wälder und das Meer Nordschwedens.** Ob im Sommer oder im Winter, allein oder mithilfe eines Guides – bei uns ist die Natur immer greifbar nah. Hier bieten sich Ihnen unzählige Möglichkeiten, den Wechsel der Jahreszeiten und verschiedene Naturphänomene zu erleben, sei es am 800 km langen Küstenstreifen oder im von Wäldern und Flüssen geprägten Inland: Freuen Sie sich auf helle Sommernächte, das flammende Polarlicht der Winternächte, das nie verklingende Rauschen des Meeres, auf reißende Stromschnellen oder den sausenden Wind in den Wipfeln der alten Nadelwälder. Naturschutzgebiete und Badeorte am Meer, gemütliche Ausflugsziele und aufregende Abenteuer, leicht zu erreichende Wanderwege und gespurte Skiloipen ... nahe der Stadt oder weit draußen in der Natur: Sie haben die Wahl!



TIPS FROM VISIT UMEÅ!

What do you say to a relaxing weekend, surrounded by the peace of the countryside and a view of the beautiful Umeälven river, with comfy accommodation, great food and a rejuvenating yoga session? **Yoga Retreats Norrland** in cooperation with **Granö Beckasin**, offer yoga retreat weekends for beginners and the experienced.

 **Visit Umeå empfiehlt!** *Wie wäre es mit einem erholsamen Wochenende in stiller Natur und mit Blick auf den wunderschönen Fluss Umeälven, an dem Sie in bequemer Unterkunft, bei gutem Essen und mit wohltuenden Yogaübungen Körper und Geist erfrischen können? **Yoga Retreats Norrland** bietet in Zusammenarbeit mit **Granö Beckasin** Yoga-Retreats für Anfänger und Fortgeschrittene an.*



THE UMEÄLVEN

The mighty Umeälven is one of the country's most important power-producing rivers. It flows straight through Umeå and can best be experienced from Strandpromenaden, a pleasant walkway with beautiful parks and attractions.

In the village of Granö, between Umeå and Lycksele along the E12 motorway, you'll find **Granö Beckasin** – a real gem of an outing, with accommodation, good food and great cafés. Many exciting activities are on offer, summer and winter, such as herb walks and moose safaris or dog-sled tours. For those who want to venture out into the countryside on their own, there are several signposted hiking trails. You can also rent bikes, canoes and skis.

THE VINDELÄLVEN

The almost 500 km long Vindelälven is one of Sweden's four unregulated rivers and is considered one of the world's best waters for white water rafting. The spring flood is often very spectacular, and the water flow is normally at its greatest in June. In the Umeå region you can best experience the grandeur of the Vindelälven river in one of the nature reserves in the Municipality of Vindeln. At the Lapland border, a 45-minute drive from Vindeln, is the **Mårdseleforsen Nature Reserve**. Here you can enjoy the riverside scenery, where the ancient forest grows all the way down to the water's edge, and the flat rocks show traces of the ice age.

Perhaps the river's most majestic rapids are in the middle of Vindeln. The **Vindelforsarna Nature Reserve** has several popular hiking areas with barbecue sites and wind shelters. The 5 km trail **Forsarna Runt** is accessible even with wheelchairs and prams. Among other things in the Kvarn area is the **Hotell Forsen**. The art exhibition **Konst i Kvarn** is popular in the summer time.

UMEÄLVEN

Der mächtige Fluss Umeälven ist eine der wichtigsten Naturenergiequellen des Landes. Er fließt mitten durch Umeå und kann am besten von der Uferpromenade Strandpromenaden erlebt werden, einer schönen Flaniermeile mit herrlichen Parks und vielen Sehenswürdigkeiten.

*In der Ortschaft Granö, mitten zwischen Umeå und Lycksele an der Europastraße E12, liegt **Granö Beckasin** – ein einmaliges Ausflugsziel mit Baumhotel, gutem Essen und tollem Café. Hier werden eine Menge aufregende Aktivitäten im Sommer und Winter geboten, zum Beispiel Kräuterwanderungen, Elchsafaris oder Hundeschlittentouren. Für alle, die auf eigene Faust die Natur entdecken wollen, gibt es mehrere ausgeschilderte Wanderwege, und man kann Fahrräder, Kanus und Skier leihen.*

VINDELÄLVEN

*Der nahezu 500 km lange Fluss Vindelälven ist einer von vier nicht ausgebauten Flüssen in Schweden und gilt als eines der interessantesten Rafting-Gewässer der Welt. Die Schneeschmelze im Frühjahr sorgt oftmals für spektakuläre Erlebnisse, normalerweise hat der Fluss im Juni seinen Wasserhöchststand. In der Region Umeå erleben Sie die Größe des Vindelälven am besten in einem der Naturreservate in der Gemeinde Vindeln. An der Grenze zu Lappland, etwa 45 Minuten Autominuten von Vindeln entfernt, liegt das Naturschutzgebiet **Mårdseleforsens naturreservat**. Hier können Sie die spezielle Flusslandschaft ungestört genießen und auf den Felsen im Fluss, die noch Spuren aus der Eiszeit tragen, eine Pause einlegen.*

*Die vielleicht beeindruckendsten Stromschnellen des Flusses finden Sie mitten in Vindeln. Im Naturschutzgebiet **Vindelforsarnas naturreservat** gibt es mehrere beliebte Bereiche mit Grillplätzen und Windschutzhütten. Der 5 km lange Wanderweg **Forsarna Runt** ist auch mit dem Rollstuhl und mit Kinderwagen befahrbar. Auf dem Mühlengelände Kvarnområdet gibt es unter anderem das **Hotell Forsen**. Die Ausstellung **»Konst i Kvarn«** ist besonders im Sommer ein beliebtes Ausflugsziel.*

HOLMÖN AND STORA FJÄDERÄGG

Discover one of the gems of our archipelago. The ferry to Holmön leaves from Norrfjärden, 30 km from Umeå and the trip, which is an experience in itself, takes about 45 minutes. Go for the day or spend the night in unique environments. For example, how about sleeping in an old lighthouse keeper's home or in an old vicarage? At **Holmöns båtmuseum** (boat museum) you can learn more about the island's history. The magnificent countryside is easily discovered by bike. Bikes can be hired on the island. If you want to experience something really special, sail with **Slupen** out to Stora Fjäderägg island.

RATAN

40 km north of Umeå is the village of Ratan. The last battle on Swedish soil was fought here on 20 August 1809. It is a popular summer outing for the whole family. In the old **Tullgården** you can learn more about the land elevation along the Västerbotten coast and the village's exciting history as a war site and a major port. **Hantverk i Ratan** sells handicrafts in the old port warehouse Hamnmagasinet. There is also a visitors' marina and spaces for motorhomes.

 The most popular seaside resorts are marked on the map at the end of the brochure.

HOLMÖN UND STORA FJÄDERÄGG

Entdecken Sie eine Perle der nordschwedischen Schärenküste. Die Fähre zur Insel Holmön legt von Norrfjärden ab, 30 km von Umeå und die Überfahrt, die schon ein Erlebnis an sich ist, dauert ca. 45 Minuten. Machen Sie einen Tagesausflug oder übernachten Sie in einmaliger Natur. Wie wäre es zum Beispiel mit einer Übernachtung in einer der Lotsenhäuser oder einem alten Pfarrhaus. Im Schiffsmuseum **Holmöns båtmuseum** können Sie mehr über die Geschichte der Insel erfahren. Mit dem gemieteten Fahrrad lässt sich die wunderschöne Natur der Insel auf eigene Faust entdecken. Und wenn Sie etwas ganze Besonderes erleben möchten, empfehlen wir einen Segeltörn mit der **Slupen** hinaus zur Insel Stora Fjäderägg.

RATAN

40 km nördlich von Umeå liegt die Ortschaft Ratan. Hier wurde am 20. August 1809 die letzte Schlacht auf schwedischem Boden gegen Russland geschlagen. Heute ist sie im Sommer ein beliebtes Ausflugsziel für die ganze Familie. Im historischen Gebäude **Tullgården** kann man mehr über das Phänomen der Landhebung entlang der Küste in Västerbotten und über die spannende Geschichte des Ortes als Kriegsschauplatz und Großhafen erfahren. Im Shop **Hantverk i Ratan** wird traditionelles Handwerk aus der Region verkauft. Außerdem gibt es einen Gasthafen und Stellplätze für Wohnmobile.

 Auf der Karte am Ende der Broschüre sind die beliebtesten Badeorte der Region am Meer eingetragen.





1



2

JÄRNÄSKLUBB

In the outermost archipelago, 17 km from Nordmaling, you'll find Järnäsklubb – an old fishing village that is part of the **Örefjärden-Snöanskärgården** nature reserve. There are plenty of flat rocks for sunbathing and picnics, and a visitors' marina with toilets and showers. **Kafé Lotsen** is a cosy summer café on the flat rocks out by the boat pier. The popular hostel **Lotshuset Gästhem** and the art gallery **Konsthall Norra Kvarken** are also located here.

NORRBYSKÄR

At the end of the 19th century, one of Europe's largest sawmills was established on this beautiful island in the archipelago. The workers were attracted by the good wages and community services. At most, about 1,400 people lived on the island, but in 1952 the sawmill closed, ending the industrial period in Norrbyskär. Today the island is more or less deserted in the winter, but it is a truly idyllic place and one of our most popular tourist destinations in the summer. Beautiful countryside, fascinating history and a varied range of activities and adventure make it attractive both for day trips and longer stays.

At YMCA (**KFUMs kurs och lägergård**) you will find activities for the whole family. Learn the island's history and have a good meal at **Norrbyskärs museum**. Don't miss the guided tour of Norrbyskär on the round-trip train! **Lilla Norrbyskär** offers playtime and adventure for children of all ages, and **Norrbyskärs Herrgård** serves great food and snacks and even offers overnight stays.

The ferry to Norrbyskär leaves from Norrbyn, 39 km south of Umeå. There are several trips a day and the crossing takes about 15 minutes.

 **JÄRNÄSKLUBB.**  *In den äußersten Schären, 17 km von Nordmaling, liegt Järnäsklubb – eine alte Fischersiedlung, die Teil des Naturschutzgebietes **Örefjärden-Snöanskärgården** ist. Hier gibt es viele vom Meer glatt geschliffene Felsen, die zum Baden und Picknicken einladen, und einen Gästehafen mit Toilette und Dusche. Das **Kafé Lotsen** ist ein gemütliches Sommercafé auf den Felsen draußen am Bootsanleger. Hier liegt auch das beliebte Gästehaus **Lotshuset Gästhem** sowie die Kunstgalerie **Konsthall Norra Kvarken**.*

NORRBYSKÄR

Zum Ende des 19. Jahrhunderts entstand auf dieser wunderschönen Schäreninsel eines der größten Sägewerke Europas. Die Arbeiter wurden mit guten Löhnen und sozialen Dienstleistungen hierher gelockt. Zur Blütezeit lebten ca. 1400 Personen auf der Insel, als aber 1952 das Sägewerk stillgelegt wurde, fand die Industrieära auf Norrbyskär ihr jähes Ende. Heute ist die Insel im Winter mehr oder weniger menschenleer, jedoch als echte Schärenidylle eines der beliebtesten Ausflugsziele im Sommer. Wunderbare Natur, eine faszinierende Geschichte und ein vielfältiges Angebot an Aktivitäten und Abenteuern laden ein zu Tagesausflügen und längeren Aufhaltenen.

*Auf dem Gelände des CVJM (**KFUMs kurs- und lägergård**) finden Sie Aktivitäten für die ganze Familie. Anschließend können Sie sich im **Norrbyskärs Museum** über die Geschichte der Inselgruppe informieren und gutes Essen genießen. Versäumen Sie nicht die Führung über Norrbyskär im Zug! **Lilla Norrbyskär** bietet Spiel und Abenteuer für die Kleinsten. Auf dem Gut **Norrbyskärs Herrgård** wird für Ihr leibliches Wohl gesorgt. Hier kann man auch übernachten.*

Die Fähre nach Norrbyskär legt von Norrbyn, 39 km südlich von Umeå, ab. Es gibt mehrere Touren am Tag, die Überfahrt dauert ca. 15 Minuten.



DON'T MISS!

Toughest (26 May), **Toughest Family** 🏠 (27 May), **Norrbyckär Trail** 🏠 (16 Jun), **Umeå Fotbollsfestival** 🏠 (26–29 Jul), **Tavelsjö halvmarathon** (18 Aug), **Umeriver Swimrun** (18 Aug). Keep an eye on www.visitumea.se for more challenging activities!

🇩🇪 **Nicht verpassen! Toughest** (26.05.), **Toughest Family** 🏠 (27.05.), **Norrbyckär Trail** 🏠 (16.06.), **Umeå Fotbollsfestival** 🏠 (26.–29.07.), **Tavelsjö halvmarathon** (18.08.), **Umeriver Swimrun** (18.08.). Weitere abenteuerliche Höhepunkte finden Sie auf www.visitumea.se!

Unique experiences and fantastic adventures

Whether you prefer the peace and quiet or speed and action, whether you're here in summer or winter, you'll find all sorts of things to do here. This brochure presents a selection of experiences. At www.visitumea.se you can read more and find tips for more adventures.

 **Unvergessliche Erlebnisse und Abenteuer pur.** Egal ob Sie Ihren Urlaub lieber in Ruhe genießen oder sich neuen Herausforderungen stellen wollen, ob Sie uns im Sommer oder im Winter besuchen: Sie werden in jedem Fall ein großes und vielseitiges Angebot an Aktivitäten in unserer Region vorfinden. In dieser Broschüre präsentieren wir Ihnen eine Auswahl an Erlebnismöglichkeiten. Weitere Informationen und Tipps für noch mehr Abenteuer finden Sie auf www.visitumea.se.



Summer activity / Sommeraktivität



Winter activity / Winteraktivität

EXCITING NORTHERN LIGHTS ADVENTURE

Have you ever seen the northern lights? Up here in the north you just might have a chance. During the cold, dark season, your chances of experiencing the northern lights are good. They are magical, beautiful and breathtaking!

With **Aurora Borealis Adventures** you can spend the night in *Aurora Tepees*. You will be warm and comfortable, and sleep in a real double bed, while at the same time enjoying the night sky through the windows in the roof and walls of the tepee. If you want even more from your wilderness experience we can spice up your stay in *Aurora Tepees* with a half-day dogsled trip and dinner outdoors.

Snuggled up in a sled behind a dependable North Swedish working horse, with the sound of sleigh bells ringing in your ears, you won't forget your adventure at **Backfors gård**. During the sleigh ride you will hopefully enjoy the northern lights and a starry sky that lights up the night. Halfway along we make a stop for warm mulled wine and ginger biscuits by a warming fire.

 **Erleben Sie das einzigartige Polarlicht.** *Haben Sie schon einmal das Polarlicht gesehen? Hier oben bei uns liegen liegen die Chancen während der kalten und dunklen Jahreszeit gut, das Polarlicht einmal »live« zu erleben. Es ist magisch, es ist wunderschön und absolut faszinierend!*

*Bei **Aurora Borealis Adventures** können Sie gemütlich warm und komfortabel in eigens gebauten Polarlichtkoten, den Aurora Tepees im Doppelbett übernachten und zugleich durch die Fenster in Decke und Wänden den faszinierenden Nachthimmel erleben. Und als besonderes i-Tüpfelchen kann man seinen Aufenthalt in Aurora Tepees mit einer halbtägigen Hundeschlittentour und einem Essen im Freien abrunden.*

***Backfors gård** bietet bei einer gemütlichen Schlittenfahrt hinter einem nordschwedischen Arbeitspferd ein abendliches Abenteuer der Extraklasse. Während der Tour können Sie mit etwas Glück das Polarlicht und den atemberaubenden Sternenhimmel hier oben genießen. Auf halber Strecke wird eine Pause mit heißem Punsch und Pfefferkuchen an einem wärmenden Lagerfeuer eingelegt.*



BE ON THE LOOK-OUT FOR MOOSE

After a long winter we up here in the north are compensated by days that seem to never end. The nights are at their lightest in June, and the light makes it easy to experience the splendour of the outdoors even late at night all summer long. It's a great opportunity to try to catch a glimpse of one of the woodland animals that are active at night.

Accompanied by a nature guide from **Granö Beckasin**, you can be on the look-out for the king of the forest – the magnificent moose. If you're lucky, you might get close enough to count the points on the bull's antlers or see the cow with her sweet little calves.

Don't want to wait for twilight to look for moose? Then drop in to **Älgens Hus**, where you're guaranteed to see them! The moose park even lets you pat the bulls and little calves.

 **Besuch bei den Elchen.** Die langen und dunklen Winter werden hier oben im Norden durch so viel Licht im Sommer kompensiert, das scheinbar einfach kein Ende nehmen will. Im Juni, wenn die Nächte am allerhellsten sind, kann man die Schönheit und Faszination der Natur auch noch spät am Abend erleben und die Gelegenheit nutzen, die Tiere des Waldes zu beobachten, die besonders nachts aktiv sind.

Zusammen mit einem Naturguide von **Granö Beckasin** können Sie nach dem König der Wälder – dem stattlichen Elch – Ausschau halten und ihm mit etwas Glück so nahekommen, dass Sie die Enden seines Geweihs zählen oder eine Elchkuh mit ihren jungen Kälbern erspähen können.

Wenn Sie mit Ihrer Elchbeobachtung nicht bis zur Dämmerung warten wollen, empfehlen wir einen Besuch im **Älgens Hus** (Haus des Elchs) – hier läuft Ihnen garantiert ein Elch über den Weg! Und man hat sogar die Möglichkeit, die Stiere und kleinen Kälbchen zu streicheln.



1

2



TIPS FROM VISIT UMEÅ!

Keen to experience Umeå from above? We have **tandem parachute jumping** and **hot air ballooning**. Read more at www.visitumea.se!

 **Visit Umeå empfiehlt!** Sie wollen Umeå einmal aus der Vogelperspektive erleben? Wir bieten sowohl **Tandem-Fallschirmspringen** und Touren mit dem **Heißluftballon** an. Lesen Sie mehr auf www.visitumea.se!

ACTIVITIES WITH HORSES AND DOGS



One of the most enjoyable ways to experience the outdoors is in the company of a four-legged friend. If you haven't tried travelling by **dogsled** yet then you really have something to look forward to. The eager yapping of the dogs quickly changes to total silence when they start pulling. Through the woods and fields they seem to pull the sled tirelessly. The only thing that breaks the silence is the sound of paws and the snow under the runners of the sled. There are also fun activities during the summer with the dogs that pull the sleds in winter – from kennel visits to learning how to drive a dog team on bare ground.

Horseriding on calm safe horses is available both for absolute beginners and for those who have ridden before – summer and winter. The experience is fantastic, whether you choose a quiet trip or one with a bit more speed and action. Do you dare to try a gallop that kicks up the snow? Remember to duck for the snowy branches on the trees so you don't get snow down your neck! Does the idea of sitting on a horse sound a bit too exciting? Relax! There are also trips with horse-drawn sleds and carriages, depending on the season.

i The map at the end contains a list of companies that offer activities with horses and dogs.

🇩🇪 Erlebnisse mit Pferd und Hund. Die Natur in Gesellschaft eines vierbeinigen Freundes zu entdecken, ist ein Erlebnis der ganz besonderen Art. Sind Sie noch nie mit einem **Hundeschlitten** gefahren, dann haben Sie bei uns die Gelegenheit, dies endlich einmal nachzuholen. Das anfängliche Gejaule und Gebelle der aufgeregten Hunde geht schnell in absolute Ruhe über, wenn sie erst einmal vor den Schlitten gespannt sind und schier unermüdet durch Wald und Flur laufen dürfen. Das Einzige, was in der Stille der winterlichen Landschaft zu hören ist, sind die Tritte der schnellen Pfoten und der knirschende Schnee unter den Kufen des Schlittens. Aber auch im Sommer gibt es zahlreiche Aktivitäten mit Schlittenhunden: von Besuchen in einem Schlittenhundegehege bis hin zum Lehrgang zum Führen eines Hundeschlittens.

Reittouren auf dem ruhigen und sicheren Rücken eines Pferdes werden sowohl für Anfänger als auch für fortgeschrittene Reiter angeboten – im Winter wie im Sommer. Das Angebot reicht je nach Saison von ruhigen Touren durch Wald und Flur über wilde Ritte im Galopp durch aufwirbelnden Schnee bis hin zu Fahrten mit Pferd und Schlitten oder Wagen.

i Auf der Karte am Ende der Broschüre finden Sie eine Liste mit Anbietern für Pferde- und Hundeaktivitäten.

SHARE YOUR EXPERIENCES! / TEILEN SIE
IHRE ERLEBNISSE MIT ANDEREN!



#visitumea

WILD RAPIDS AND CALM STRETCHES

Experience our fantastic rivers – alone or with a guide. At **Granö Beckasin** you can build your own timber raft and experience the beautiful surroundings of the Umeälven river from the water. Stop for swimming, fishing or a break whenever you want. You choose yourself if you want to be out for a day or a whole week.

Forsknäckarna and **Wilderness Adventure** guarantee you a serious adrenalin rush when you ride the rapids in Vindelälven. The companies offer several different tours of varying lengths and complexity – all accompanied by experienced guides.

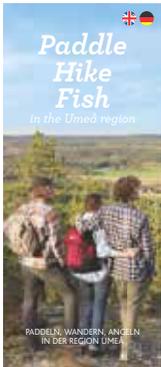
If you're looking for a real challenge, maybe »stand-up paddling« with **Aurora Borealis Adventures** could be for you? Practice your balance and coordination by paddling while standing on a surfboard, and at the same time enjoying the riverside scenery close up.

Wilde Stromschnellen und stille Gewässer.

*Erleben Sie unsere fantastischen Flüsse (schwed. älvar) auf eigene Faust oder in Begleitung eines Guides. Bei **Granö Beckasin** können Sie sich Ihr eigenes Floß bauen und die schöne Landschaft des Flusses Umeälven genießen. Machen Sie Halt zum Baden, Angeln oder wann immer Sie wollen und entscheiden Sie selbst, ob Sie einen Tag oder eine ganze Woche unterwegs sein wollen.*

***Forsknäckarna** (etwa: die Flussbezwinger) und **Wilderness Adventure** sorgen für einen richtigen Adrenalinkick beim Rafting auf dem Fluss Vindelälven. Die Anbieter haben verschiedene Touren mit unterschiedlicher Länge und Schwierigkeitsgraden auf dem Programm – aber immer mit erfahrenen Guides.*

*Für alle, die nach einer richtigen Herausforderung suchen, könnte »Stand up Paddling« mit **Aurora Borealis Adventures** eine Alternative sein. Üben Sie Balance und Koordination, indem Sie aufrecht auf einem Surfbrett stehen und zugleich die schöne Flusslandschaft aus nächster Nähe erleben.*



i Read more about our great fishing waters, easily accessible hiking trails and beautiful paddling routes. The brochure **Paddle, Hike and Fish in the Umeå region** is available to download as a PDF at www.visitumea.se, or to pick up or order from the Visit Umeå tourist centre. The website also has more information for those who wish to hire a canoe or kayak to paddle on their own.

 *Lesen Sie mehr über unsere fischreichen Angelgewässer, gut erreichbaren Wanderwege und herrlichen Paddelstrecken. Die Broschüre **Paddeln, Wandern, Angeln in der Region Umeå** kann als PDF auf unserer Webseite www.visitumea.se heruntergeladen werden oder im Visit Umeå Turistcenter abgeholt oder bestellt werden. Auf unserer Internetseite finden sich auch mehr Informationen für alle, die Kanus oder Kajaks mieten und Land und Gewässer auf eigene Faust entdecken wollen.*



1

TIPS FROM VISIT UMEÅ!

How about a guided kayak trip on the sea? Experience our light summer nights while midnight paddling with **Umekajak**. Gourmet paddling in Skeppsvik's archipelago ends with a buffet filled with delights at the country house **Skeppsvik's herrgård**.

 **Visit Umeå empfiehlt!** *Wie wär's mit einer geführten Kajaktour auf dem Meer? Erleben Sie unsere hellen Sommernächte bei Umekajaks Mitternachtspaddeln. Die Paddeltour durch die fischreichen Schären von Skeppsvik wird mit einem reichhaltigen Gourmetbuffet im Herrenhaus Skeppsviks herrgård abgerundet.*



2



TIPS FROM VISIT UMEÅ!

Do you want a **guided fishing trip**? There are several companies in the Umeå region that can help you with that, read more at www.visitumea.se

 **Visit Umeå empfiehlt!** *Sie suchen eine geführte Angeltour? Es gibt mehrere Anbieter in der Region Umeå, die Ihnen dabei gerne behilflich sind, lesen Sie mehr auf www.visitumea.se*



TIPS FROM VISIT UMEÅ!

Several companies offer **guided snowmobile tours** – a wonderful and fast way to enjoy the outdoors and the beautiful winter scenery. Read more at www.visitumea.se

 **Visit Umeå empfiehlt!** Mehrere Anbieter in der Region haben **geführte Schneemobiltouren** im Programm – eine rasante und absolut unvergessliche Art, hinaus in die Natur zu kommen und unsere schöne Winterlandschaft zu genießen. Lesen Sie mehr auf www.visitumea.se

ALL SORTS OF SKIING

There is a wide selection of well-prepared **ski trails** throughout the Umeå region. At Nydalasjön in Umeå there is an artificial-snow ski trail that extends the skiing season significantly. And in the middle of town in Gammliaaskogen you will find our popular Swedish Championships track. Cross-country skis can be rented at IKSU Sport and First Camp Umeå. Or why not try the 70 km trail between Vindelns and Robertsfors! When the snow falls, the trails are prepared before the weekends.

For those who prefer **downhill skiing**, there are seven slopes within an hour's drive from Umeå. You can take the ski bus from Umeå to some slopes during the peak season. For more info, visit www.visitumea.se. See also the map at the end of the brochure.

 **Ski auf Loipen und Pisten.** Das Angebot an gespurten **Skiloipen** ist groß in der gesamten Region Umeå. Am See Nydalasjön in Umeå gibt es eine Kunstschnelloipe, die die Skisaison deutlich verlängert, und mitten in der Stadt, auf dem Gelände des Gammliaaskogen, befindet sich unsere beliebte SM-Loipe (Loipe für die Schwedische Meisterschaft). Langlaufskier können bei IKSU Sport und First Camp Umeå geliehen werden. Versäumen Sie nicht die 70 km lange Loipe von Vindelns nach Robertsfors! Sie wird, sobald genug Schnee liegt, immer vor den Wochenenden frisch gespurte.

Für alle, die **Ski Alpin** vorziehen, gibt es im Umkreis einer Autostunde von Umeå nicht weniger als sieben Skihänge. Während der Hochsaison können Sie Skibusse von Umeå nach manchen Skipisten nehmen. Weitere Informationen finden Sie auf www.visitumea.se. Siehe auch die Karte am Ende der Broschüre.



TRY LONG-DISTANCE SKATING IN TAVELSJÖ

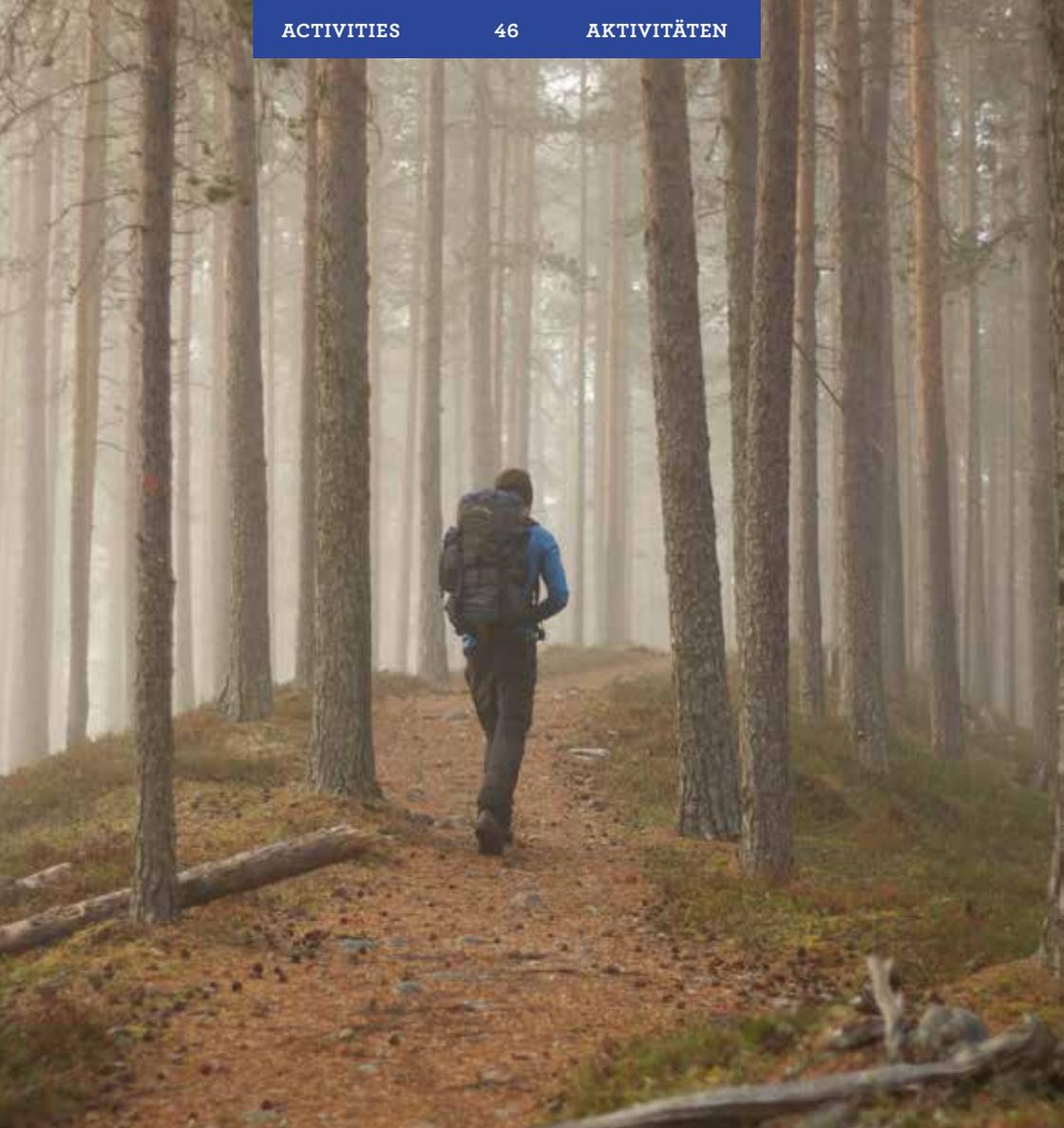


Tavelsjö AIK's ice track on Tavelsjön is about 20 km long, and is 30 km from Umeå. In general, the wide track is a figure-of-eight, so you can skate the whole track or half of it without needing to turn around and go back the same way. And so, the track suits everyone, whether you are on a family outing with little ones or are an experienced skater. Around the lake are many beautiful areas for resting and having a barbecue. The restaurant **Wårdshuset Tavelsjö** is open at the weekends. You can buy food or have a coffee break, and when the weather permits they also offer simple lunches down at the ice track. **Sundlingska gården** is also open at the weekends, selling light refreshments in a heated cabin. There is a free bus from Umeå during parts of the season.



Langlaufschlittschuh in Tavelsjö.

Tavelsjö AIK isbana ist eine ca. 20 km lange Schlittschuhbahn auf dem See Tavelsjön, 30 km von Umeå entfernt. Die breite Eislaufbahn hat die Form einer Acht, sodass Sie die halbe oder die ganze Runde machen können, ohne dass Sie denselben Weg wieder zurückfahren müssen. Rund um den See gibt es mehrere schöne Rast- und Grillplätze. Das Restaurant **Wårdshuset Tavelsjö** hat an den Wochenenden geöffnet. Bei günstiger Witterung wird unten an der Eisbahn ein einfaches Mittagessen angeboten. Auch **Sundlingska gården** ist an den Wochenenden geöffnet, hier gibt es Kaffee und Kuchen und eine Hütte zum Aufwärmen. Zu bestimmten Zeiten während der Saison verkehrt ein kostenloser Bus zwischen Umeå und Eisbahn.



TIPS FROM VISIT UMEÅ!

Klangvägen is a unique hiking and adventure trail with sound-based artworks and magnificent views. This trail is suitable for families and is accessible all year round (during the winter you can reach the artworks on skis). You'll find the trail at Rågberget in Agnäs.

 **Visit Umeå empfiehlt!** *Klangvägen* ist ein einmaliger Wander- und Erlebnispfad, der zu zahlreichen Klangkunstwerken und einem schönen Aussichtspunkt führt. Der Weg eignet sich gut für Familien mit Kindern und ist das ganze Jahr über zugänglich (Im Winter kann man die Kunstwerke auf Skiern erreichen). Sie finden den Weg bei Rågberget in Agnäs.



POPULAR HIKING TRAILS

The **Tavelsjöleden** hiking trail is 39 km long and starts at Regementet in central Umeå. You'll see plenty of caves along the trail. The peaks of Vallberget, Torrberget and Tavelsjöberget offer fantastic views. Don't forget to keep an eye open for the mythical Tavelsjö lake monster, while you're overlooking Tavelsjön! You can continue towards *Långforsen* on the unregulated Vindelälven river and then on to the *Vännforsen* nature reserve.

The **Öreälvsleden** hiking trail is close to 100 km long and follows the Öreälven river. The wooded riverside scenery is magnificent, with steep riverbanks and deep ravines. There are several rest areas and cabins for overnight stays. You can also get to the trail from roads along the entire route, which makes it ideal for families.

Isälvsleden is an approximately 60 km long hiking trail between Vindeln and Åmsele. It follows paths and tracks in beautiful, easy-going terrain. There are several wind shelters, cabins for overnight stays, and the fishing opportunities are very good. The trail was formed by the inland ice and runs for long stretches up on *Vindelälvsåsen* – one of the country's highest boulder ridges. You'll find active mud-volcanoes and old fairy-tale pine forests.

Along Lögdeälven river you can hike for 85 km through two municipalities along the trail that has two names: **Lögdeälvsleden** (the hiking trail) and **Lögdeälvens vildmarksled** (the wildlife trail). The trail is suitable for both short and long walks, with plenty of resting places and cabins for overnight stays. Suspension bridges and planked sections tie together this landscape of ravines, meanders and terraces. *Drakryggen* is the most magnificent of the steep riverbanks.

 **Beliebte Wanderwege.** Der stadtnahe Wanderweg **Tavelsjöleden** ist 39 km lang und beginnt bei Regementet im Zentrum von Umeå. Entlang des Weges gibt es viele Höhlen, und die Höhenzüge Vallberget, Torrberget und Tavelsjöberget bieten eine unvergessliche Aussicht. Vergessen Sie nicht, nach dem sagenumwobenen Seeungeheuer Tavelsjöodjuret Ausschau zu halten, wenn Sie gute Sicht auf den See Tavelsjön haben!

Der Wanderweg **Öreälvsleden** ist nahezu 100 km lang und folgt dem Lauf des Flusses Öreälven. Die Landschaft am Waldfluss ist einzigartig mit steilen Uferböschungen und tiefen Schluchten. Entlang des Wanderweges gibt es mehrere Übernachtungshütten und Rastplätze. Außerdem kann man den Wanderweg von Straßen aus erreichen, weshalb er sich auch für Familienausflüge eignet.

Isälvsleden ist ein ca. 60 km langer Wanderweg zwischen Vindeln und Åmsele. Er folgt kleinen Wegen und Straßen in einem schönen und leicht zu bewältigenden Terrain. Es stehen mehrere Windschutzhütten und eine Übernachtungshütte zur Verfügung, die Voraussetzungen zum Angeln sind ausgezeichnet. Der Weg, der durch das Inlandeis entstand und über lange Abschnitte dem Höhenzug Vindelälvsåsen – einer der längsten Geröllmoränen des Landes aus der Eiszeit – folgt, führt an aktiven Schlammquellen vorbei und durch einen sagenhaften uralten Kiefernwald.

Entlang des Flusses Lögdeälven können Sie den durch zwei Gemeinden führenden insgesamt 85 km langen Wanderwegen **Lögdeälvsleden** und **Lögdeälvens vildmarksled** folgen. Der Wanderweg eignet sich sowohl für kürzere als auch längere Touren, mit zahlreichen Übernachtungshütten und Rastplätzen. Hängebrücken und lange Holzstege verbinden die einzelnen Abschnitte der von Schluchten, Mäandern und Terrassen geprägten Landschaft. *Drakryggen* (Drachenrücken) ist der Name des höchsten Steilufers entlang des Flusses.

CYCLING FOR ALL AGES



SCA Arena at Harpsjöns recreation area in Obbola (16 km from Umeå) is a must-see for those of you who are interested in cycling. Several different types of cycling are offered here, such as cycling for small children, cross country/MTB, BMX and dirt biking. All the way around Obbola is an extensive network of well-maintained, signposted trails for off-road cycling. SCA Arena is also a place for those who have not yet discovered cycling. The facility is unique, and apart from cycling, provides space for several other activities, such as weight training, cross-country running, boules and cross-country skiing (winter time). This multisport arena is quite simply an outing in itself for the whole family to spend a full day at. It is open round the clock and is free for everyone.

Tavelsjön runt, Nydala Runt and Ume Älvdal/Strandpromenaden are some examples of popular and easily accessible trails that are suitable both for cycling and light hiking. You can hire bikes in several places. Read more at www.visitumea.se

 **Radtouren für jedes Alter. SCA Arena bei Harpsjöns friluftsområde in Obbola (16 km von Umeå) ist ein absolutes Muss für alle, die an Radsport interessiert sind: ob knattecykling (Radfahren für die Kleinsten), Cross Country/MTB, BMX oder Dirt. Darüber hinaus gibt es rund um Obbola ein gut ausgebautes und ausgeschildertes Radwegenetz für Mountainbike-Touren. Die Sportanlage SCA Arena ist aber auch für alle, die andere Sportarten vorziehen, ein begehrtes Ausflugsziel, neben dem Radsport stehen hier Fitnessstraining, Trailrunning, Boule und Skilanglauf (im Winter) auf dem Programm. Die Multisportarena ist 24 Stunden am Tag geöffnet, der Eintritt ist kostenlos.**

Tavelsjön runt, Nydala Runt und Ume Älvdal/Strandpromenaden sind nur einige Beispiele für beliebte und gut zu erreichende Wanderwege, die sich für Rad- und leichte Wandertouren eignen. Räder können Sie vielerorts mieten. Lesen Sie mehr auf www.visitumea.se

TIPS FROM VISIT UMEÅ!

The nature reserve called **Umeälvens delta** is so close to Umeå that you can cycle to it. The area consists mostly of water. There are several birdwatching towers and platforms, which make it easy to study the rich birdlife. Some are accessible for wheelchairs and prams.

Brånsjön's nature reserve in Vännäs and **Stora Fjäderägg Island** out in Kvarken are examples of other popular places for exciting birdwatching.

 **Visit Umeå empfiehlt!** Das Naturschutzgebiet **Umeälvens delta** liegt so nah bei Umeå, dass Sie es mit dem Fahrrad erreichen können. Wie der Name schon sagt, besteht das Gebiet zum größten Teil aus Wasser. Es bietet mehrere Türme und Plattformen zur Vogelbeobachtung, von denen einige auch mit dem Rollstuhl oder Kinderwagen erreichbar sind.

Das Naturschutzgebiet **Brånsjöns naturreservat** in Vännäs und die Insel **Stora Fjäderägg** draußen im Bottnischen Meerbusen sind Beispiele für andere beliebte Ausflugsziele und interessante Vogelbeobachtungsstationen.



DON'T MISS!

Västerbotten Brevet 2018 (7 Jul),
Glassbonden Gravel Challenge (25 Aug).
Keep an eye on www.visitumea.se for more
challenging activities!

 *Nicht verpassen! Västerbotten
Brevet 2018 (07.07.), Glassbonden Gravel
Challenge (25.08). Weitere abenteuerliche
Höhepunkte finden Sie auf www.visitumea.se!*



TIPS FROM VISIT UMEÅ!



In Umeå, during the snow and ice-free part of the year there are a lot of fun challenges that also suit older children and teen. At the skate park **Sparken** skate park in the centre of town you can use skateboards, inlines and BMX. At Nydalasjön there is the **Nydala bicycle park** with a pump track – two different lanes suitable for children's balance bikes, MTB and BMX bikes. There is also the **Adventure Trail**, an 800 m long forest trail with eleven obstacles that test your balance.

 **Visit Umeå empfiehlt!** In Umeå gibt es während der schnee- und eisfreien Zeit im Jahr eine ganze Menge interessanter Herausforderungen, die auch für etwas ältere Kinder und für Jugendliche geeignet sind. Im Skaterpark **Sparken** im Zentrum der Stadt kann man Skateboard, Inliner und BMX fahren. Am See Nydalasjön befindet sich der Zweiradpark **Nydala cykelpark** mit Pumptrackbahn – zwei verschiedene Bahnen für Treträder sowie MTB- und BMX-Räder. Hier liegt auch der Abenteurpfad **Åventyrsstigen**, ein 800 Meter langer Waldweg, auf dem du deinen Gleichgewichtssinn testen kannst.

Fun for the whole family

When the wind is whistling, the rain is pounding or a snowstorm is blowing, it is sometimes nice to do something indoors. And if there's an opportunity for restless children to jump about a bit – all the better. Summer or winter, swimming is always a fun activity – so it's lucky that there are some fun swimming pools, both indoors and out!

We have compiled our best tips here for the active family – activities for the whole year, both indoors and out. You can find more info and more solid tips at www.visitumea.se

 **Spaß für die ganze Familie.** *Auch wenn draußen Sturm, Regen oder Schnee angesagt sind, brauchen Kinder Bewegung und Spaß. Wie wäre es da zum Beispiel mit einem Besuch in einem der zahlreichen Hallen- und Freibäder in der Region?*

Hier haben wir unsere besten Tipps für aktive Familien zusammengestellt – Aktivitäten fürs ganze Jahr, ob drinnen oder draußen. Weitere Infos und konkrete Tipps finden Sie immer auf www.visitumea.se

 Look out for this symbol in the brochure. It shows which attractions and activities are particularly well suited for children. / Halten Sie nach diesem Symbol in der Broschüre aus, es weist auf Ausflugsziele und Aktivitäten hin, die sich besonders für Erwachsene mit Kindern eignen.



INDOOR FUN FOR EVERYONE



Leo's Lekland (Ersboda, Umeå) is a huge play-ground in a jungle setting with slides, climbing frames, trampolines, a toddler's area and much more. And of course there is a restaurant and café.

STORA Hopp & Skoj (Västerslätt, Umeå) is Sweden's largest inflatables playland with over 2,000 square metres of inflatable attractions for both children and adults. For example, bouncy castles and a 150 m long obstacle course. Café and restaurant and a well-equipped gym.

Megazone (Umeå centre) offers both indoor paintball and Laserdome. **Arosfortet** features tricky cells that test a group's cooperation skills. Fun challenges for all ages.

JUMP Trampoline Park (Ersboda, Umeå) offers exciting challenges on hundreds of linked trampolines in a social, instructive and active indoor environment. Fun for all ages – beginners or pros.

Hallenspaß für Alle.

Leo's Lekland (Ersboda, Umeå) ist ein riesiger Spielplatz mit Dschungelfeeling, mit Rutschen, Klettergerüsten, Hüpfmatte, Kleinkindabteilung und vielem anderem. Natürlich gibt es auch ein Restaurant und Café.

STORA Hopp & Skoj (Västerslätt, Umeå) ist Schwedens größte Anlage mit Hüpfburgen. Hier gibt es auf mehr als 2000 m² aufblasbare Attraktionen für Kinder und Erwachsene, wie Hüpfburgen oder eine 150 Meter lange Hindernisstrecke. Café, Restaurant und ein gut ausgerüstetes Fitnesscenter.

Megazone (Umeå Zentrum). Beim Hallen-Paintball, im Laserdome und in den ausgeklügelten Zellen des Arosfortet wird die Teamfähigkeit der Teilnehmer auf die Probe gestellt. Spaß und Herausforderungen für jedes Alter.

JUMP Trampoline Parkin (Ersboda, Umeå) bietet echte Herausforderungen auf hunderten von miteinander verbundenen Trampolinen in einer sozialen, lehrreichen und aktiven Umgebung. Ob Anfänger oder Profis – hier ist Spaß für jedes Alter angesagt.



SWIMMING – OUTDOORS OR IN?

Navet, in the centre of Umeå, offers a wide range of activities for swimming, exercise and relaxation. The adventure area has water slides, a stream channel and a climbing wall. Plus a paddling pool for the smaller children. **Aquarena** in Holmsund is also a popular adventure pool with water slides and other fun for all ages.

 In the Nydala area in Umeå you will find the **Umelagun** outdoor adventure pools. In addition, lake swimming in nearby **Nydalasjön** and at the 4H farm **Hemmanet**.

 **Vännäsbadet**, located in the recreation area in Vännäs, is a popular heated outdoor swimming pool with water slides.

 For tips about swimming spots by the sea, in lakes or rivers, look at the map at the end of the brochure or www.visitumea.se

Baden – draussen oder drinnen?

Navet, mitten in Umeås Zentrum hat ein breites Badeangebot und eine Fitness- und Wellness-Abteilung. Im Abenteuerbad gibt es Rutschen, einen Strömungskanal und eine Kletterwand. Kinderbecken für die Kleineren. **Aquarena** in Holmsund ist ebenfalls ein beliebtes Erlebnisbad mit Rutschen und anderen Attraktionen für jedes Alter.

 Auf dem Nydalagelände in Umeå liegt das Abenteuer-Freibad **Umelagun**. Außerdem gibt es das Freibad am nahegelegenen See **Nydalasjön** sowie den 4H-Hof **Hemmanet**.

 **Vännäsbadet**, das Schwimmbad im Freiluftgelände in Vännäs, ist ein beliebtes temperiertes Freibad mit Wasserrutsche.

 **Tipps und Infos zu Badeplätzen am Meer, an Binneseen und an Flüssen finden Sie auf der Karte am Ende der Broschüre oder auf www.visitumea.se**



1



2



3



TIPS FROM VISIT UMEÅ!

Visit the **Umevatoriet** and discover the wonders of outer space. The high-tech planetarium takes you whizzing on a 3D space adventure. If skies are clear, you can also go up in the dome and look through the big telescope.

Read more about **Norrbyuskär** (page 35), **Umeå Energicentrum** (page 63), **Västerbottens museum** (page 13) and **Bildmuseet** (page 7), all of which are popular attractions for families. There is more info at www.visitumea.se

 **Visit Umeå empfiehlt!** Besuchen Sie das Observatorium **Umevatoriet** und entdecken Sie die fantastische Weite des Weltalls. In diesem High-Tech-Planetarium reisen Sie in einem aufregenden 3D-Abenteuer durch Raum und Zeit. Bei klarem Himmel haben Sie auch die Möglichkeit, in die Kuppel zu steigen und durch das große Teleskop zu schauen.

Lesen Sie mehr über **Norrbyuskär** (s. 35), **Umeå Energicentrum** (s. 63), **Västerbottens museum** (s. 13) und **Bildmuseet** (s. 7), alles beliebte Ausflugsziele für Familien mit Kindern. Weitere Infos gibt es außerdem auf www.visitumea.se

ANIMALS ARE FUN

 **Glassbonden** in Västra Selet makes ice cream from milk from the farm's own mountain cows. In an ice cream bar with stunning views of the Vindelälven river and the grazing animals, you can enjoy both traditional and local flavours. How about some ice cream with a taste of Västerbotten cheese or meadowsweet? Guaranteed to be the summer's best ice cream experience!

  **Mickelbo gård** in Mickelträsk is a mini-animal park with both Swedish farm animals and exotic animals such as yak, llama and camel. You can also shop in the farm shop and enjoy coffee and cakes. Mickelbo gård is open for much of the year, mainly in connection with the school holidays, and offers exciting experiences for visitors of all ages.

  At **Älgens Hus** in Västernyliden, Bjurholm, you can get close up to the king of the forest. Here you can see, experience and stroke real live moose. Big powerful bulls and sweet little calves welcome visitors of all ages. Drop-in during the summer. Other times require a reservation.

 **Sommar på Forslunda** is the name of the children's and family activities that are held at Forslundagymnasiet (school) in Umeå in the summer. They include a farm shop, a farm café and *Lilla Forslunda*, which is an old fashioned farmhouse at a scale of 1:3.

 **Tierischer Spaß.**  *Beim »Eisbauern« Glassbonden in Västra Selet werden Eisspezialitäten von der Milch der eigenen Kühe hergestellt. Bei fantastischer Aussicht über das Flusstal des Vindelälven und auf die weidenden Kühe lassen sich in der Eisbar traditionelle und regionale Eissorten genießen.*

  *Der Hof Mickelbo gård in Mickelträsk ist ein Tierpark in Miniformat mit schwedischen Landtieren, aber auch Exoten wie Yaks, Lamas und Kamelen. Hier kann man außerdem Leckeres im Hofladen kaufen oder im Café eine Pause einlegen. Mickelbo gård ist das ganze Jahr über immer wieder geöffnet, vor allem zu den Ferienzeiten, und bietet Erlebnisse der besonderen Art für Groß und Klein.*

  *Im Haus des Elches – Älgens Hus – in Västernyliden, Bjurholm können Sie den König der Wälder aus nächster Nähe kennen lernen. Die großen mächtigen Stiere und die kleinen süßen Kälbchen heißen Besucher jeden Alters willkommen. Drop-In-Öffnungszeiten im Sommer, zu anderen Zeiten auf Anfrage.*

 **Sommar på Forslunda** (Sommer in Forslunda) nennen sich die Kinder- und Familienaktivitäten, die während des Sommers vom Forslundagymnasiet in Umeå angeboten werden. Hier gibt es einen Hofladen, ein Gartencafé und *Lilla Forslunda*, einen alten Bauernhof im Maßstab 1:3.



TIPS FROM VISIT UMEÅ!

You'll find hotel rooms with magnificent views of Umeå at **Scandic Plaza**, **U&Me** and **Comfort Hotel Winn**.

 **Visit Umeå empfiehlt!** Hotelzimmer mit einmaliger Aussicht über Umeå finden Sie bei **Scandic Plaza**, **U&Me** und **Comfort Hotel Winn**.

When the accommodation is the experience

When you travel, you often want to experience something fun, new or exciting. Sometimes perhaps it is the accommodation itself that is the experience. With us you will find several accommodation facilities that offer that little something extra. Here are some favourites that we highly recommend.

 **Wenn die Unterkunft zum Erlebnis wird.** Wenn man verreist, will man oftmals etwas Neues, Interessantes, Anderes erleben. Und manchmal ist es schon die Unterkunft, die zum Erlebnis wird. Bei uns finden Sie mehrere Unterkünfte mit dem »gewissen Etwas«. Im Folgenden möchten wir einige unserer Favoriten weiterempfehlen.

STORA HOTELLET

The more than 120-year-old seaman's house and city hotel in central Umeå has been completely renovated and its concept of historical influences from the seven seas is so unique and successful that it was voted the world's best new boutique hotel in 2015.

 **STORA HOTELLET.** Das mehr als 120 Jahre alte Seemannshaus und Stadthotel im Zentrum von Umeå wurde rundum renoviert, und das Konzept mit den historischen Einflüssen der sieben Weltmeere ist so einzigartig und geglückt, dass es als bestes neues Boutiquehotel 2015 ausgezeichnet wurde.

GRANÖ BECKASIN

Overlooking the Umeälven in spectacular »bird's nests« – cabins of hotel room standard, placed up in the trees. A guaranteed experience in top comfort!

ELITE HOTEL MIMER

The magnificent, almost palace-like brick building in central Umeå was built in 1897. Previously it was a school, but has now been transformed into a modern hotel where the classical and modern create beautiful harmony.

LOTSHUSET GÄSTHEM ☀️

Wake up to a wonderful view of the sea in the old pilot's house in Järnäsklubb. The small hostel offers pleasingly beautiful and personal rooms.

WALLHALLA BED & BREAKFAST

One of Sweden's best B&Bs (according to Tripadvisor) is in the village of Vännfors by the unspoilt Vindelälven river. The old Västerbotten farm, dating back to the 19th century, has been very carefully modernised so that you can enjoy the historical character of the house in great comfort.

STORA FJÄDERÄGGS FYRPLATS ☀️

On Stora Fjäderägg island you stay in an old lighthouse keeper's home.

ÖVERKLINTENS KVARN

The old mill at Rickleån has been carefully transformed into comfortable accommodation. With running water (literally!) under your feet you can basically catch the fish for dinner from the window.

GAMLA FÄNGELSET

Looking for a captivating experience? A short walk from Umeå centre you can spend the night in the old county prison, built in 1861.

GRANÖ BECKASIN

Übernachten Sie mit Aussicht auf den Fluss Umeälven in spektakulären »Vogelnestern« – Hütten mit Hotelzimmerstandard, hoch oben in den Bäumen. Ein garantiertes Erlebnis mit höchstem Komfort!

ELITE HOTEL MIMER

Das prächtige, beinahe schlossähnliche Ziegelgebäude im Zentrum Umeås wurde 1897 erbaut. Das ehemalige Schulgebäude ist in ein modernes Hotel umgewandelt worden, in dem klassische und moderne Elemente miteinander harmonieren.

LOTSHUSET GÄSTHEM ☀️

Erwachen Sie morgens mit einem wunderschönen Blick auf das offene Meer im alten Lotsenhaus von Järnäsklubb. Das kleine Gästehaus bietet ästhetisch ansprechende Zimmer mit persönlichem Charme.

WALLHALLA BED & BREAKFAST

Eines der besten B&Bs in Schweden (laut Tripadvisor) finden Sie in der Ortschaft Vännfors am unberührten Fluss Vindelälven. Der alte Västerbottenhof aus dem 19. Jahrhundert ist mit großer Sorgfalt und viel Fingerspitzengefühl modernisiert worden, sodass Sie heute bei allem Komfort auch noch den historischen Charme des Hauses spüren können.

STORA FJÄDERÄGGS FYRPLATS ☀️

Auf der Insel Stora Fjäderägg übernachten Sie in den ehemaligen Gebäuden der Leuchtturmwärter.

ÖVERKLINTENS KVARN

Die alte Mühle am Fluss Rickleån ist mit großer Sorgfalt zu einer komfortablen Unterkunft verwandelt worden. Mit dem rauschenden Wasser zu Füßen können Sie hier Ihren Fisch zum Abendessen im Prinzip aus dem Fenster fangen.

GAMLA FÄNGELSET

Lust auf ein »fesselndes« Erlebnis? In Fußnähe zum Zentrum von Umeå können Sie im ehemaligen, 1861 erbauten Provinzgefängnis übernachten.

TIPS FROM VISIT UMEÅ!

Join a **guided city walk** and learn more about Umeå! Thanks to local sponsors, the Umeå Guides Association offers free tours in Swedish, English and German from June to August. You can of course book your own guide any time of the year.

 **Visit Umeå empfiehlt!** Nehmen Sie an einer **Stadtführung** teil und lernen Sie Umeå richtig kennen! Dank unserer Sponsoren kann die Stadtführervereinigung Umeå guideförening von Juni bis August kostenlose Führungen auf Schwedisch, Englisch und Deutsch anbieten. Selbstverständlich können Sie sich das ganze Jahr über auch einen privaten Guide buchen.



Find your favourite spot – tours on your own

Do you feel like a fun summer outing with the family or friends? Or long to discover new gems? Here we have compiled some tips on pleasant day trips to some of our many delightful places.

We assume you are travelling by car, but if you don't have a car, we can of course give you tips on some lovely spots you can reach by public transport. Contact the Visit Umeå Tourist Center and we will help you! On page 63 you'll also find suggestions for a couple of lovely trips round Umeå that you can do by bike.

 **Eigene Touren zu Ihren Lieblingsplätzen.** Sie haben Lust auf einen schönen Sommerausflug mit der Familie oder Freunden? Sie sind neugierig neue Plätze zu entdecken? Hier haben wir einige Tipps für schöne Tagestouren gesammelt, die Sie zu den schönsten Plätzen der Region führen.

Wir gehen davon aus, dass Sie mit dem eigenen Auto unterwegs sind, aber natürlich sind für all diejenigen, die kein eigenes Auto haben, auch Anregungen für Orte dabei, die man mit den öffentlichen Verkehrsmitteln erreichen kann. Wenden Sie sich an Visit Umeå Tourist Center, wo wir Ihnen gerne weiterhelfen. Auf Seite 63 finden Sie einige Vorschläge für Ausflüge im Raum Umeå mit dem Rad.

NORDMALING ROUTE

– a full-day with handicrafts and great fika (coffee & cakes)

What about a full day in and around Nordmaling? Here is our suggestion for a lovely trip.

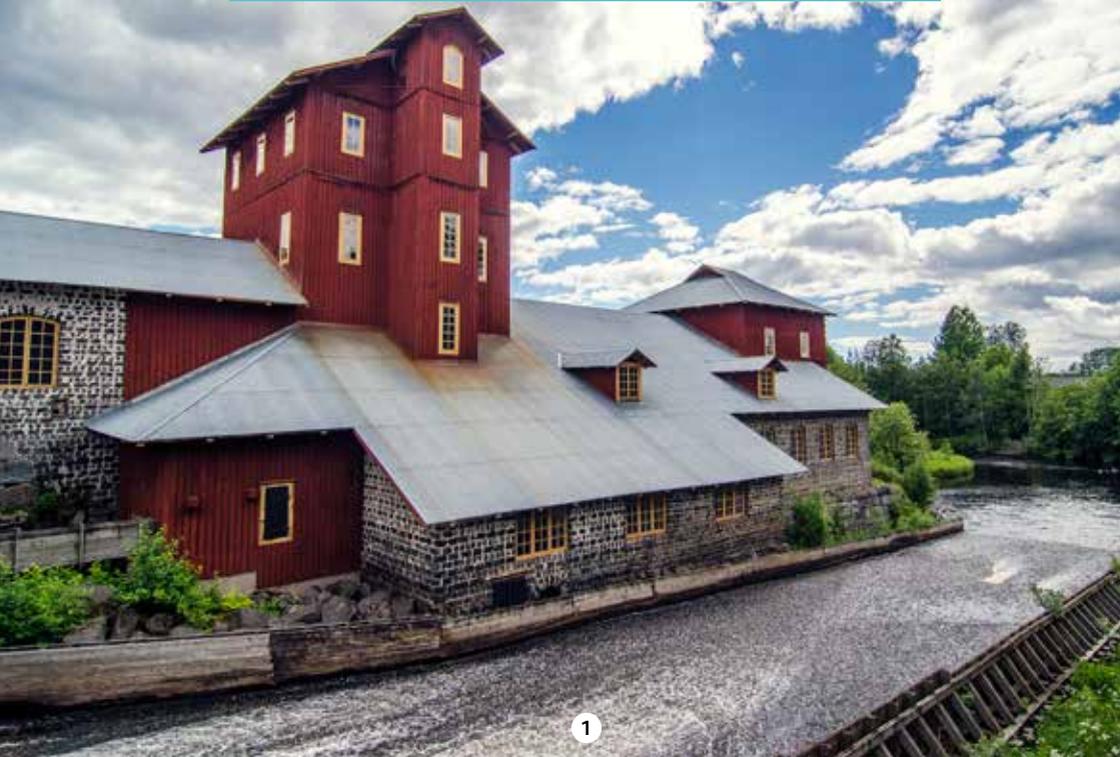
The trip starts at **Olofsfors bruk**, which is one of Sweden's best-preserved ironworks. Join a guided tour and learn more about the history of the ironworks. Have coffee and cakes at **Kafé Anno 1762** in the old school building or have a meal at the elegant **Olofsfors herrgård**.

The journey continues to Öre and **Formstråket**, or the design road – a stretch of 35 km between Öre and Hörnsjö. Here six fashion designers and entrepreneurs periodically during the year coordinate their opening hours. The farm bakery **Öre Gårdsbageri** bakes sourdough bread with organic ingredients and honey from their own bee hives. In Håknäs you will find **Pjöllers Design**, which makes vagabond handicraft items, and wirework and metalwork items. Continue towards Långed and **Humblebäck keramik & möbelsnickeri**, where you can buy pottery and fine carpentry and enjoy a summer café. The **gamla butiken in Örsbäck** sells interior design items with old and new designs in a mix of the recycled and the new. **Maria Lundströms Konst** is located in Gräsmyr. Maria works with markers and dry pastels and prints her designs on products like trays, fabrics and jewellery. The last stop along the design road is **Åbrånets Limousin** in Hörnsjö – a cosy café and farm shop. They sell meat from the farm's own animals along with local handicraft items and artisan foods.

 **Die Nordmaling-tour – ein Tag mit Handwerk und echtem schwedischem Kaffeeklatsch.** Wie wäre es mit einem Tagesausflug rund um Nordmaling? Hier kommt unser Vorschlag für eine schöne Tour.

*Die Tour beginnt in der Eisenhütte **Olofsfors bruk**, eine der besterhaltenen Industriestätten Schwedens. Nehmen Sie an einer Führung teil und erfahren Sie mehr über die Geschichte der Eisenhütte. Genießen Sie Kaffee und leckeren Kuchen im **Kafé Anno 1762** im alten Schulhaus oder gönnen Sie sich eine gute Mahlzeit im Herrenhaus **Olofsfors herrgård**.*

*Die Reise geht weiter nach Öre und führt entlang **Formstråket** – einer Strecke von 35 km zwischen Öre und Hörnsjö, auf der sechs Kunstschafter und Unternehmen ihre Öffnungszeiten aufeinander abgestimmt haben. In der Hofbäckerei **Öre Gårdsbageri** wird Sauerteigbrot mit ökologischem Mehl und Honig von eigenen Bienen gebacken. In Håknäs finden Sie **Pjöllers Design**, die Landstreicherhandwerk, Draht- und Metallarbeiten verkaufen. Weiter geht es in Richtung Långed und **Humblebäck keramik & möbelsnickeri**. Hier gibt es sowohl ein Sommercafé als auch Qualitäts-handwerk in Form von feinen Möbeln und Keramik. In Örsbäck verkauft **Den gamla butiken i Örsbäck** Einrichtungsgegenstände von damals und heute in einer Mischung aus Alt und Neu. In Gräsmyr liegt **Maria Lundströms Konst**. Maria Lundström arbeitet mit Tusche und Trockenpastellen und druckt ihre selbstentworfenen Muster auf Tablett, Stoffe, Schmuck und anderes. Der letzte Halt entlang **Formstråket** ist dann **Åbrånets Limousin** in Hörnsjö – ein gemütliches Café mit Hofladen. Hier werden Fleisch aus eigener Herstellung sowie regionales Handwerk und Lebensmittelprodukte verkauft.*



1

MORE TO DISCOVER NEARBY:

Tallbergsbroarna – three beautiful railway bridges, the oldest from 1891. Strömdahla – Local butcher and farm shop in Örnsbäck.

 *Weitere Sehenswürdigkeiten in der Nähe: Tallbergsbroarna – drei schöne Eisenbahnbrücken, die älteste aus dem Jahr 1891. Strömdahla – Hofschlachterei und -laden in Örnsbäck.*



2



TIPS FROM VISIT UMEÅ!

Do you want to hire a car during your stay with us? You can find more info at www.visitumea.se

 *Visit Umeå empfiehlt! Sie möchten für Ihren Aufenthalt bei uns ein Auto mieten? Auf www.visitumea.se finden Sie nähere Informationen!*



1



2

TIPS FROM VISIT UMEÅ!

Those of you who are really brave might dare to go on a **ghost walk** and experience Umeå from a new and darker perspective. Read more at www.visitumea.se

 **Visit Umeå empfiehlt!** *All jene, die einmal richtig Mut beweisen wollen, können an einer **Gespensterwanderung** teilnehmen und Umeå aus einer neuen und finsternen Perspektive kennen lernen. Lesen Sie mehr dazu auf www.visitumea.se*

TIPS FROM VISIT UMEÅ!

At Rådhusplanaden, near the tourist centre, you will see a red sculpture in the shape of a smiling heart. It was created as a symbol of Umeå as Europe's Capital of Culture in 2014 and is a popular spot for taking selfies.

 **Visit Umeå empfiehlt!** *Auf der Rådhusplanaden in der Nähe des Touristcenters, steht eine rote Skulptur in Form eines lächelnden Herzens. Es wurde anlässlich der Kulturhauptstadt 2014 als Symbol für Umeå geschaffen und ist ein populärer »Selfie Spot«.*



3

UMEÅ'S SURROUNDINGS

– from a bicycle saddle

Ume Älvdal is a walking and cycling path that runs alongside the Umeälven river, and offers many stops along the way. After just a 10-minute bike ride west of the centre you will find **Älvtäet naturvinbar & ekokrog**, a family-run restaurant in a beautiful rural setting. Make a detour up to **Umedalens Skulpturpark** at Umedalen, one of Northern Europe's leading sculpture collections with works by artists such as: Tony Cragg, Louise Bourgeois, Antony Gormley, Jaume Plensa and Anish Kapoor. The park is open all day, every day of the year and costs nothing to visit. Close by is the White Guide-recommended restaurant **Bistro Le Garage**.

Follow the cycling trail to the forest garden **Arboretum Norr** at **Baggböle herrgård**, 8 km upstream. Lead your bike over the suspension bridge to Klabböle and **Umeå Energicentrum**. This exciting site was Umeå's first power station. There are guided tours and activities here for all ages. Adventure playground and café. You choose if you want to cycle the same way back or follow the south side of the river back into town. The loop is about 30 km long.

Nydala runt will suit you if you don't want to cycle too far. It is an approximately 10 km long cycling and walking trail around the idyllic Nydalasjön (lake) on the outskirts of Umeå. Why not have a Swedish fika in **Kyrkstugan** and then swim in **Kärleksviken**?

 **Umeås Umgebung –vom Fahrradsattel aus Ume Älvdal** ist ein Wander- und Radwanderweg entlang des Flusses Umeälven, der zu vielen Aufhalten einlädt. Nur 10 Fahrradminuten westlich des Stadtzentrums stoßen Sie auf **Älvtäet naturvinbar & ekokrog**, ein Restaurant in Familienbesitz in einer schönen ländlichen Umgebung. Wir empfehlen auch einen Abstecher zu **Umedalens Skulpturpark**, der eine der besten Skulpturensammlungen Nordeuropas beherbergt, mit Werken von Künstlern wie Tony Cragg, Louise Bourgeois, Antony Gormley, Jaume Plensa und Anish Kapoor. Der Park ist das ganze Jahr über geöffnet, 24 Stunden am Tag, und der Eintritt ist frei. Gleich neben dem Park befindet sich das im Restaurantführer White Guide empfohlene **Bistro Le Garage**.

Folgen Sie dem Radweg bis zum Waldpark **Arboretum Norr** bei **Baggböle herrgård**, 8 km stromaufwärts. Lenken Sie Ihr Rad über die Hängebrücke nach Klabböle und zum **Umeå Energicentrum**, ein interessantes Ausflugsziel und erstes Kraftwerk von Umeå, das Führungen und Aktivitäten für jedes Alter, einen Abenteuer-spielplatz und ein Café bietet. Von hier aus können Sie entweder denselben Weg zurück in die Stadt nehmen oder am Südufer Richtung Stadt fahren. Die Tour ist insgesamt ca. 30 km lang.

Nydala runt eignet sich perfekt für alle, die nicht so weit radeln wollen. Es ist ein ca. 10 km langer Rad-/Wanderweg um den idyllischen See Nydalasjön am Stadtrand von Umeå. Hier können Sie zum Beispiel in der **Kyrkstugan** Kaffee trinken oder in **Kärleksviken** (Liebesbucht) baden gehen.



1



MORE TO DISCOVER NEARBY:

Sebastians manufakturmedja (a smithy's forge), Lergrova, Drakryggen, Lillänget with its rafts museum, Balberget's nature reserve, Öreälvsleden and Lögdeälvens vildmarksled (hiking trails), Konstvägen Sju Älvar. (art route)



Weitere Sehenswürdigkeiten in der Nähe:

Sebastians manufakturmedja (Schmiede), Lergrova (Keramik), Drakryggen, Lillänget mit Flößereimuseum, Balbergets naturreservat, Öreälvens vandringsled und Lögdeälvens vildmarksled (Wanderwege), Konstvägen Sju Älvar (Kunstmeile).



2

BJURHOLM ROUTE



– with animals and countryside for the active family

For a bit of family fun, we recommend a trip to Bjurholm. Start the day with a peaceful paddling trip on the Öreälven. Rent your canoe in Bjurholm and paddle to Petnäset. The journey takes about 2 hours.

Would you rather let someone else do the work? Then perhaps a trip with a horse and carriage at **Backfors Gärd** might be an exciting alternative? The farm also offers horse riding and other horse activities. Here you can also see all the animals that »should be« on a self-sufficient farm. It's easy to get hungry with all the fresh air. Just across the road from Backfors Gärd is **Golfrestaurangen**, which is famous for its amazing open prawn sandwiches. Of course, there is other great stuff on the menu.

Continue the day with a visit to the moose park **Älgens Hus** in Västernyliden. Stroke the majestic bulls and pet the sweet calves in the calf enclosure. There is also a restaurant here.

Klangvägen in Agnäs is a hiking trail for the whole family with sound-based artwork. From the top of **Rågberget** hill you can enjoy the view and your packed lunch.

 **Die Bjurholm-tour – Flora und Fauna für die aktive Familie.** Familien, die gerne gemeinsam etwas erleben wollen, empfehlen wir eine Fahrt nach Bjurholm. Beginnen Sie den Tag mit einer ruhigen Paddeltour auf dem Fluss Öreälven. Sie können Ihr Kanu in Bjurholm mieten und nach Petnäset paddeln. Die Tour dauert ca. 2 Stunden.

*Sie möchten die Arbeit lieber anderen überlassen? In dem Fall könnte eine Tour mit der Pferdekutsche bei **Backfors Gärd** eine interessante Alternative sein. Der Hof bietet auch Reittouren und andere Pferdeaktivitäten an. Hier trifft man auf alle Tiere, die zu einem richtigen Selbstversorgerhof gehören. Und ist man nach all der frischen Luft so richtig hungrig geworden, gibt es gleich gegenüber von Backfors Gärd das Restaurant **Golfrestaurangen**, das für seine fantastischen Krabbenbrote bekannt ist. Aber natürlich bietet die Karte auch viele andere Leckereien.*

*Der Tag geht weiter mit einem Besuch im **Älgens Hus** in Västernyliden. Hier können Sie den stattlichen König der Wälder bestaunen und die süßen Elchkälber streicheln. Ein Restaurant sorgt für ihr leibliches Wohl.*

***Klangvägen** in Agnäs ist ein Wanderweg für die ganze Familie mit verschiedenen Klangkunstwerken. Vom Gipfel des **Rågberget** können Sie die Aussicht bei einem Picknick genießen.*

OLD COASTAL ROAD

– history, curiosities and culture around Robertsfors

Start the day with a visit to **Stenfors Gård** in **Ånäset**. The big second-hand shop **Stenfors Loppis & Antik** is continuously being filled with new flea market bargains, ranging from beautiful old furniture and antique lamps to porcelain and curiosities. Enjoy homemade baked goods at the café or visit the restaurant in the main building for a good lunch before moving on.

Families might enjoy a stop at **Lufta Camping** for a round on the new adventure golf course, before the trip continues on to **Robertsfors Bruk**. There is a museum with a café there, a souvenir shop and a well-preserved museum railway. Some days during the summer the train even runs, so you can take a trip.

In Dalkarlså, the commerce museum **Häggsjöströmska handelsmuseet** offers a pleasant stop. Here you can find out about the days when Dalkarlså was a major trading centre in Västerbotten. Read the ledgers and marvel at what goods were imported from all corners of the world.

The next stop is historic **Ratan**, where the last battle on Swedish soil was fought in 1809. You can still see bullet holes in house walls and other remnants of the war. In the old **Tullgården** is **Kulturum Ratan**, where you can learn more about the village's heyday as a stock port in the 18th and 19th centuries. **Hantverk i Ratan** is located in the old port warehouse, Hamnmagasinet, and sells first class handicrafts by local artisans.

The trip then moves on to Norum and **Norums Fiskrökeri** (fish smoker). Take some of the delicacies of the sea home with you.

 **Die alte Küstenstraße – Geschichte, Flohmarkt und Kultur rund um Robertsfors.** Der Tag beginnt mit einem Besuch des Hofes **Stenfors Gård** in **Ånäset**. **Stenfors Loppis & Antik** wird laufend mit neuen Antiquitäten und Flohmarktartikeln bestückt, die von schönen alten Möbeln über antike Lampen bis hin zu Porzellan und Kuriositäten reichen. Sie können im Café des Flohmarkts Kaffee und Kuchen genießen oder das Restaurant im Hauptgebäude für ein leckeres Mittagessen besuchen, bevor es weitergeht.

Familien mit Kindern können noch einen Halt bei **Lufta Camping** für eine Runde auf dem neuen Abenteuer Golfplatz einplanen, bevor die Tour weitergeht nach **Robertsfors Bruk**. Hier gibt es ein Museum mit Café, einen Souvenirshop und eine gut erhaltene Museumseisenbahn.

In Dalkarlså lockt das **Häggsjöströmska handelsmuseet** zu einem Stop. Hier können Sie Interessantes zur Wirtschaftsgeschichte erfahren, als Dalkarlså ein großes Handelszentrum in Västerbotten war. Studieren Sie die Register und staunen Sie, welche Waren aus allen Ecken der Welt hierher importiert wurden.

Der nächste Halt ist **Ratan**, wo 1809 die letzte Schlacht auf schwedischem Boden gegen Russland geschlagen wurde. Im historischen Gebäude **Tullgården** liegt das **Kulturum Ratan**, wo man mehr erfahren kann über die spannende Geschichte des Ortes als Kriegsschauplatz und Großhafen im 18. und 19. Jahrhundert. Im Shop **Hantverk i Ratan** wird erstklassiges traditionelles Handwerk aus der Region verkauft.

Die Tour führt anschließend weiter in die Ortschaft Norum und zur Fiskräucherei **Norums Fiskrökeri**. Hier können Sie sich mit Delikatessen aus dem Meer versorgen.



MORE TO DISCOVER NEARBY:

Flottarstigen (trail), Rosa Aurora Borealis, Ekorbo Hantverk (handicrafts), Bobacksgården and Bygdeå kyrka (church), Sikeå Hamn (harbour).

 **Weitere Sehenswürdigkeiten in der Nähe:**
Flottarstigen, Rosa Aurora Borealis, Ekorbo Hantverk,
Bobacksgården und Bygdeå kyrka, Sikeå Hamn.



ADVENTURES AND ACTIVITIES / ABENTEUER UND ERLEBNISSE

HORSE ACTIVITIES / PFERDEAKTIVITÄTEN

- 1 Backfors Gärd
- 2 Enhörningens hästgård
- 3 Sunnadalens Islandshästar

DOG SLED TOURS / HUNDESSCHLITTENTOUREN

- 1 Aurora Borealis Adventures
- 2 Hedlunda Husky
- 3 Spruce Island Husky
- 3 Granö Beckasin
- 4 River Lake Huskies

RAFTING

- 1 Forsknäckarna
- 2 Wilderness adventure

WALKING TRAILS / WANDERWEGE

- 1 Tavejsjöleden
- 2 Örealvsleden
- 3 Lögdeälvens Vildmarksled/
Lögdeälvsleden
- 4 Isälvsleden
- 5 Flottarstigen
- 6 Tavejsjön runt
- 7 Nydala runt
- 8 Ume Älvdal
- 9 Vindeälvsleden /
Vännforsleden

SKI SLOPES / SKIHÄNGE

- 1 Agnäsbacken
- 2 Bräntberget
- 3 Buberget
- 4 Bygdasiljumsbacken

TOURIST ATTRACTIONS / AUSFLUGSZIELE

BB = Sights in Västerbotten/Sehenswert in der Provinz Västerbotten
B = Brown and white signs/Braun-weiße Markierung für Touristen

NATURE / NATUR

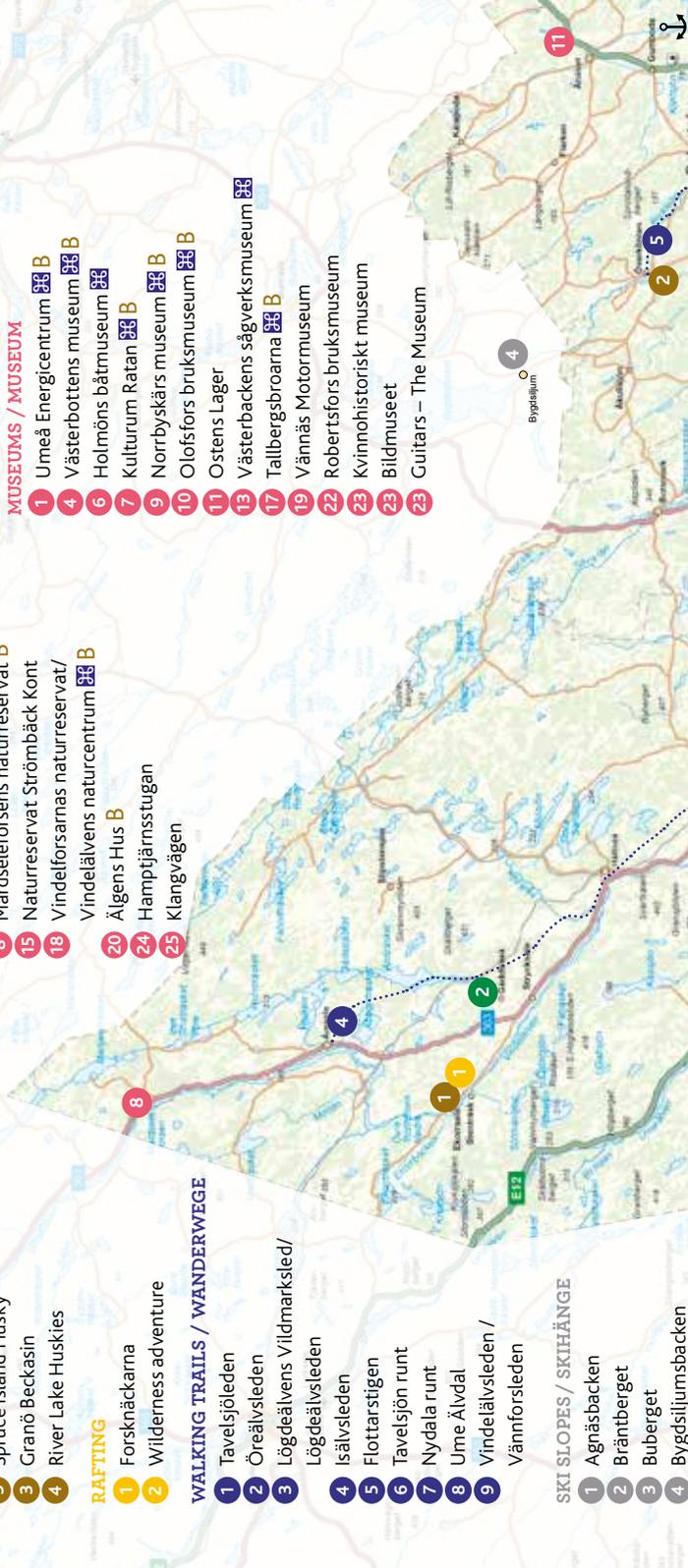
- 1 Arboretum Norr **B**
- 2 Balbergets naturreservat **B**
- 4 Nydalsjön
- 8 Mårdseleforsens naturreservat **B**
- 15 Naturreservat Strömbäck Kont
- 18 Vindelforsarnas naturreservat/
Vindelälvens naturcentrum **BB B**
- 20 Älgens Hus **B**
- 24 Hamptjärnsstugan
- 25 Klangvägen

ART AND CULTURE / KUNST UND KULTUR

- 3 Bygdeå Kyrka **B**
- 14 Slöjdarnas Hus
- 16 Umedalens Skulpturpark **B**

MUSEUMS / MUSEUM

- 1 Umeå Energicentrum **BB B**
- 4 Västerbottens museum **BB B**
- 6 Holmöns båtmuseum **BB**
- 7 Kulturum Ratan **BB B**
- 9 Norrbyskärs museum **BB B**
- 10 Olofsfors bruksmuseum **BB B**
- 11 Ostens Lager
- 13 Västerbackens sågverksmuseum **BB**
- 17 Tallbergsbroarna **B**
- 19 Vännäs Motorium
- 22 Robertsfors bruksmuseum
- 23 Kvinnohistoriskt museum
- 23 Bildmuseet
- 23 Guitars – The Museum



- 5 Middagsberget
- 6 Ålberget
- 7 Kassjöbacken

**LONG-DISTANCE SKATING/
LANGLAUFSCHLITTSCHUHE**

- 1 Tavselsjö AIK Isbana

-  Guest harbour / Gästehafen
-  Ferry to Holmön or Norrbyskäer / Fähre nach Holmön oder Norrbyskäer
-  Bathing spots / Badeplatz



VASA, FINLAND >
www.wasaline.com





visitumea

BJURHOLM NORDMALING ROBERTSFORS UMEÅ VINDELN VÄNNÄS

BESUCHERGUIDE 2018

KULTUR UND
SEHENSWÜRDIGKEITEN

ERLEBNISSE
UND ABENTEUER

SHOPPING, ESSEN
UND TRINKEN

RUNDREISETIPPS

0 KM	SHOPPING	HUNDESCHLITTEN	36 KM
58 KM	ÄLGENS HUS	DAS MEER	15 KM
0 KM	RESTAURANTS	UMEÅ AIRPORT	4,5 KM
2 KM	WANDERWEG	IKEA	3 KM
1 KM	BILDMUSEET	VINDELÄLVEN	25 KM
56 KM	RAFTING	SKILOIPE	2,2 KM

