

visit umeda!



Bjurholm
Nordmaling
Robertsfors
Umeå
Vindeln
Vännäs

Vinterns
aktiviteter

INNEHÅLL

● Kultur	4
● Mat	6
● Shopping	7
● Aktiviteter	8
● Norrskén	12
● Barn & Familj	13
● Karta	14

Foto:

Omslag och norrskensfotografering: Fredrik Larsson.

Bildmuseet: Wilhelm Rejnus.

Guitars – The Museum: Philip Avesand.

Gotthards krog: Erik Nissen Johansen.

Julshopping: Malin Grönborg.

Hundspann: Granö Beckasin/Bea Holmberg.

Tavelsjö isbana: Oskar Norberg.

Skidtur, snöskor och turrledning: Calle Bredberg.

Vinterlandskap: Granö Beckasin/Patrick Trägårdh.

Vinterpromenad: Henke Olofsson.

Navet: Mattias Andersson.

PULS & PAUS

Gillar du stadens nöjen och utbud? Gärna kombinerat med en unik upplevelse? Då har du kommit rätt! Universitetsstaden Umeå är med sina 128 600 invånare norra Sveriges största stad. Över 30 000 studenter ger staden en ungdomlig, modern prägel, men också en internationell känsla och den öppenhet vi är så stolta över.

Här hittar du inspirerande shopping, högklassiga restauranger, bekväma hotell, ett stort kulturutbud och intressant arkitektur. Runt hörnet finns ett fantastiskt vinterlandskap som bjuder på både häftiga äventyr och fridfulla naturupplevelser.

Året runt kan du dela det som är vår vardag – stadens puls kombinerat med paus i naturen. Varmt välkommen till oss!



Visit Umeå



Visit Umeå

Kultur för alla



Bildmuseet och Arkitektshögskolan

Bildmuseet

En av landets mest intressanta scener för internationell samtidskonst. Här kan hela familjen ta del av konstutställningar och evenemang – alltid med fri entré. Förutom ständigt nya utställningar bjuder den vackra museibygnaden på fantastisk utsikt över älven och staden.

Läs mer på: bildmuseet.umu.se

Norrlandsoperan

Ett scenkonsthus där avdelningar för samtida konst, opera, dans, musik, samt en symfoniorkester huserar. Förutom egna produktioner, som utmärks av såväl tradition som provokation, gästas operan varje säsong av turnerande föreställningar.

Läs mer på: norrlandsoperan.se

Umedalens skulpturpark

En av norra Europas främsta skulptursamlingar med ett fyrtiotal verk av konstnärer som Tony Cragg, Louise Bourgeois, Anthony Gormley, Jaume Plensa och Anish Kapoor. Parken är öppen året om - dygnet runt - och ligger ca 5 km väster om Umeå centrum. Fritt inträde.

Läs mer på: umedalenskulptur.org

Guitars – The Museum

Umeåbröderna Åhdén har en av världens största privatägda samlingar av gitarrer. På Guitars hittar du deras unika samling av elgitarrer, basar, förstärkare och musikalisk rekvisita, som utgör grunden för museets upplevelsebaserade utställning. Missa inte den guidade turen!

Läs mer på: guitarsthemuseum.com

Kvinnohistoriskt museum

I kulturhuset Väven finns Kvinnohistoriskt museum – det enda i sitt slag i Sverige. Museet vill synliggöra de många hårt kämpande, driftiga kvinnor, som försummats i den av män dominerade historieskrivningen.

Läs mer på: kvinnohistoriskt.se

Västerbottens museum

Familjevänligt museum som skildrar länets historia med utställningar och program om kulturhistoria, konst, textil och foto. På museet finns skaperverkstad för barnen, en välsorterad museibutik och ett mysigt kafé. Dessutom världens äldsta skida – äldre än pyramiderna i Egypten!

Läs mer på: vbm.se



Vad händer denna vecka? Besök visitumea.se för mer information om veckans evenemang.



Kulinariska sensationer

Umeå är en fantastisk matstad. Hela nio av destinationens restauranger finns listade i restaurangguiden *White Guide*, som också rekommenderar flera av våra kaféer och barer. Här bjuds du på fantastiska gourmetupplevelser med lokala råvaror som t ex ren, älg, röding, sik, löjrom, hjortron, lingon och åkerbär.

Mer om regionens många restauranger, kaféer och barer hittar du på vår webbplats: visitumea.se/sv/ata

Shopping för alla smaker



Umeå Centrum

Utbudet av butiker i centrum är både varierat och stort.

Här blandas mode, skönhet, inredning och design med second hand, lokalproducerat hantverk, böcker, blommor och livsmedel.

I Umeå centrum finns också mysiga kaféer som man kan slå sig ner vid mellan besöken i affärerna.

Julshopping på Kungsgatan

Stora Birk

På Handelsområdet finns ett brett utbud av mataffärer, butiker, bilaffärer, hantverkare, verkstäder, restauranger, kaféer, frisörer, möbelaffärer, färghandlare, bensinstationer, gym och bowling m.m. Här hittar du också besöksmål för hela familjen så som trampolinparken Jump och Leo's Lekland.

Avion Shopping och IKEA

Avion erbjuder ett av regionens bästa och bekvämare shoppingutbud med IKEA i ena änden, Willys och Systembolaget i den andra och över 80 butiker, restauranger och kaféer däremellan. Här hittar du en bra mix av ledande butikskedjor och lokala butiker - allt samlat på ett och samma ställe.

Upplevelser på **snö och is**

Granö Beckasin

Hundspannsturer

Har du inte testat att åka hundspann ännu så har du verkligen något att se fram emot! Genom skog och mark är ljudet av pigga tassar och snön under slädens medar det enda som stör stillheten. I vår destination finns flera företag som erbjuder oförglömliga hundspannsturer i vinter.

Läs mer på: auroraborealis.nu,
granobeckasin.com, hedlundahusky.se

 [draghundarbjoernligans](#)

 [riverlakehuskies](#)



Långfärdsskridskor

Isbanan på Tavelsjön passar både erfarna skridskomotionärer och barnfamiljen på utflykt med sparken. Banan är vanligtvis utformad som en åtta, så att du kan åka hela banan eller halva, utan att behöva åka tillbaka samma väg. Runt sjön finns fina rastplatser och grillplatser. Mat och fika-försäljning på helgerna.

Läs mer på: tavelsjoisbana.se

Skidtur i trollskogen

Upptäck den mörka trollskogen på traditionella träskidor och med bara månen som ljuskälla. Kunniga naturguider berättar om skogens hemligheter och visar spår av många av de djur som lever här.

Läs mer på: granobeckasin.com



Snöskovandring

Hur många olika sorters snö finns det och vad är dess kännetecken? Vad gömmer sig under snön och vilka växter kan leva här? Tillsammans med en erfaren naturguide och med snöskor på fötterna är det enkelt att utforska skogen, även om det är ett snödjup på två meter.

Läs mer på: granobeckasin.com

V Önskar du en guidad fisketur?

Det finns flera företag i Umeå-regionen som kan hjälpa till med detta, läs mer på visitumea.se

Isklättring

En rolig aktivitet som kräver lite mod och att du inte är höjdrädd. Tillsammans med en guide kan även du som är nybörjare klättra uppför en vägg av is. Läs mer på: forsknackarna.se

Vinterlandskap i Granö

Skidor på längden och tvären

Utbudet av välpreparerade skidspår är stort i hela destinationen. Vid Nydalasjön i Umeå finns ett konstsnöspår som förlänger skidsäsongen rejält och mitt i stan, i Gammlia skogen, finns vårt populära SM-spår. Längdskidor finns att hyra hos Sarek på IKSU Sport och hos First Camp Umeå.

För dig som föredrar utförsåkning finns hela sju backar inom en timmes bilfärd från Umeå. Du kan ta skidbussen från Umeå till vissa backar under högsäsong.

Läs mer på: visitumea.se Se även kartan på mittuppslaget!

Turridning

Ridturet på lugna trygga hästar finns för både rena nybörjare och för dig som rider för. Låter det där med att sitta på en häst väl spännande? Lugn! Det erbjuds även turer med häst och släde.

Läs mer på: backforsgard.se,
stallsunnadalen.se,
gronaker.webnode.se



Snöskoter

Flera av destinationens företag erbjuder guidade skoterturer – ett härligt och fartfyllt sätt att komma ut i naturen och njuta av vackra vinterlandskap. Det finns även möjlighet att hyra skoter för egna äventyr.

Läs mer på: granobeckasin.com,
damina.se, algenshus.se,
forsknackarna.se, hyrskotern.se

Lär dig om eld och is

Upplev tystnaden i den snötäckta skogen och njut av den kyliga luften samtidigt som du känner den söta lukten av brinnande björkved. Under turen lär du dig att på ett säkert sätt bygga upp en brasa och elda i snön med olika slags tekniker.

Läs mer på: granobeckasin.com



Vinterpromenader runt Umeå

Nydala runt

– promenadstråk runt Nydalasjön

Strandpromenaden

– längs Umeälven

Strömbäck Kont

– för dig som vill se havet

Stadsliden/Gammlia skogen

– promenadspår körs upp med skoter

Grössjön naturreservat

– oftast upptrampade spår vintertid

Spännande norrskensäventyr

Norrskensfotografering

Sov under norrskenet

I en Aurora Teepee bor du varmt och bekvämt, sover i en riktig dubbelsäng samtidigt som du kan njuta av natthimlen genom fönster i norrskensskåtors tak och väggar. Krydda gärna din vildmarksupplevelse med en halvdags hundspannstur och middag ute i det fria. Läs mer på: auroraborealis.nu

Lär dig fota norrsken

Upplev det vackraste som natthimlen har att bjuda på. Njut av kaffe som kokats över öppen eld och se norrskenet dansa över stjärnorna. Tillsammans med guiden får du lära dig hur du fotograferar detta magiska fenomen. Läs mer på: granobeckasin.com

Norrskenstur med häst och släde

Till ljudet av bjällrornas klang och nedbäddad i släden bakom en trygg nordsvensk brukshäst, får du förhoppningsvis njuta av norrskenet och en stjärnhimmel som lyser upp natten. Läs mer på: backforsgard.se



Håll koll på **Umeå Aurora Hunters** Face-bookgrupp. Där får du tips om när det är norrsken. De erbjuder också turer där du får uppleva och lära dig fota norrskenet.

Aktiviteter för barn och familj

Äventyrsbad

I vår destination finns två roliga upplevelsebad med vattenrutschkanor och annat kul för den badsugna familjen.

Här finns också ett brett utbud av träning och relax.

Läs mer på: navet.umea.se, storsjohallen.se

Bad på Navet

Inomhuslek

När vinden viner och snön yr är det ibland skönt att kunna aktivera sig inomhus. Finns det dessutom möjlighet för barn med spring i benen att busa av sig – desto bättre. Runt Umeå finns flera anläggningar som passar den aktiva familjen – allt från lekland och trampolinpark till laserdome och arkadhallar. Läs mer på: leoslekland.se, hopposkoj.se, jump.se, megazone.se hazeland.se

Roliga familjerestauranger

För dig som gärna kombinerar måltiden med en aktivitet kan vi tipsa om O'Learys, som bland annat erbjuder bowling och minigolf (inomhus), eller Orangeriet, med boule och shuffleboard. Apprestaurangen Pinchos har cirkustema och brukar vara en riktig barnfavorit. Läs mer på: olearys.se/umea-event-center, orangerietumea.se, pinchos.se

V Mickelbo gård

Mickelbo gård i Mickelträsk är en minidjurpark som håller öppet under stora delar av året, främst i anslutning till skolornas lov. Här finns både svenska lantdjur och exotiska djur som jak, lama och kamel. Läs mer på: mickelbo.se

ÄVENTYR OCH AKTIVITETER / ADVENTURES AND ACTIVITIES

- 1 Backfors Gård
- 2 Sunnadalens Islandshästar
- 3 Grönåkers Farm
- 4 Aurora Borealis Adventures
- 5 Hedlunda Husky
- 6 Granö Beckasin
- 7 Forsknäckarna
- 8 Damina
- 9 Hyrskotern
- 10 River Lake Huskies
- 11 Björnligans draghundar
- 12 Älgens Hus

- 13 Tavelsjö AIK isbana
- 14 Agnäsbacken
- 15 Bräntberget
- 16 Buberget
- 17 Bygdsiljumbacken
- 18 Middagsberget
- 19 Ålidberget
- 20 Kassjöbacken

- 21 Leo's lekland
- 21 Jump
- 22 STORA Hopp & Skoj
- 23 Hazeland
- 24 Aquarena/
Storsjöhallen
- 25 Mickelbo gård
- 10 Megazone
- 10 Navet

BESÖKSMÅL / ATTRACTIONS

NATUR / NATURE

- 1 Balbergets naturreservat
- 2 Nydalasjön / Nydala runt
- 3 Mårdseleforsens naturreservat
- 4 Naturreservat Strömbäck Kont
- 5 Vindelforsarnas naturreservat/
Vindelälvens naturcentrum
- 6 Hamptjärnsstugan
- 7 Klangvägen
- 8 Stadsliden / Gamliaskogen
- 9 Grössjön naturreservat
- 10 Strandpromenaden

KONST & KULTUR / ART & CULTURE

- 11 Slöjdarnas Hus
- 12 Umedalens Skulpturpark

MUSEUM / MUSEUMS

- 8 Västerbottens museum
- 13 Olofsfors bruksmuseum
- 10 Kvinnohistoriskt museum
- 10 Bildmuseet
- 10 Guitars – The Museum
- 10 Norrlandsoperan

