

visit umeda!



Bjurholm
Nordmaling
Robertsfors
Umeå
Vindeln
Vännäs



Sommarens aktiviteter

VÄLKOMMEN!

Året runt kan du som besökare dela det som är vår vardag – stadens nöjen kombinerat med både fridfulla och spännande naturupplevelser. I den här broschyren har vi samlat tips på vad du kan se och uppleva i vår destination i sommar. Mer inspiration hittar du på vår webbplats visitumea.se. Missa inte kartan på mittuppslaget! Där finns fler besöksmål och våra bästa badplatser utmärkta.

INNEHÅLL

MAT	SID 3	AKTIVITETER.....	SID 12
SHOPPING	SID 5	FÖR HELA FAMILJEN.....	SID 14
KULTUR	SID 6	SNABBGUIDE.....	SID 15
UTFLYKTSTIPS.....	SID 8	KARTA	SID 16
VANDRING	SID 10		

Vänligen notera att vi reserverar oss för eventuella ändringar.

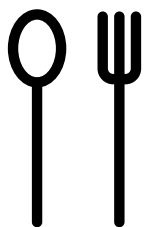


Visit Umeå



Visit Umeå

Foto: Omslag svensk version/Henke Olofsson, omslag engelsk version/Granö Beckasin, Bildmuseet/Henrik Olofsson, Köksbaren/Sara Danielsson, Sjöbris/Carl-Johan Utsi, Nya Konditoriet/Robert Wiberg, Gårdshem/Gårdshem, Forsränning/Malin Grönborg, Huskypromenad och flotte/Granö Beckasin, Vännäsbadet/Calle Bredberg, Älgens Hus/Calle Bredberg, Holmön/Calle Bredberg, Isälvsleden/Petter Lämås, Tavelsjöleden/Calle Bredberg, Avion shopping/Avion shopping.



Kulinariska sensationer

För en riktig gourmetupplevelse med råvaror från vår del av landet – välj någon av våra populära **White Guide-restauranger**. Oavsett restaurangens inriktning kan du vara säker på att hitta nåt med smak av Västerbotten, om än med kockens egna lilla tvist.

Läs mer på: gotthardskrog.se, koksbaren.com,
hungerochtorst.se, harlequineumea.com,
bodeganumea.se, wildriver.se, rexumea.com,
kvarkenfisk.se, tapasbardeli.se



Restaurangbåten Sjöbris

Ät vid Umeälven

Restaurangbåten **Sjöbris** har sittplatser både ute och inne och livespelningar flera gånger i veckan. Även **Båten** är populär sommartid. Nyöppnade **Tonka** Strandgatan hittar du på Konstnärligt campus.

Fler tips på uteserveringar:
visitumea.se/sv/uteserveringar-umea

Fika riktigt gott

Nya Konditoriet är Umeås äldsta konditori. **Rost, Kulturbageriet** och **Gamla Bibliotekscaféet** serverar bra, veganska/vegetariska/ekologiska lunchalternativ vid sidan av gott fika.

Costas of Sweden är stället för kaffe-finsmakaren. Vill du kombinera gott fika med en kulturupplevelse, missa inte **Västerbottens museums kafé!**

Presteles trädgårdskafé & logi i Hörnsjö utanför Nordmaling är definitivt värt resan.

Läs mer på: **visitumea.se/sv/kafeer**



Nya Konditoriet



Gårdshem

Lokala delikatesser

Delikatessbutikerna **DUÅ, Gårdshem** och **Två Fiskare** i centrala Umeå erbjuder det mesta av det bästa. Fyll picknickkorgen för utflykten eller köp med en norrländsk delikatess hem.

Många av de gårdar och lokala matproducenter som levererar råvaror till stans restauranger kan också besökas.

Läs mer på:
visitumea.se/sv/gardsbutiker

Shopping för alla smaker

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.

Avion Shopping och IKEA

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.

Stora Birk

På handelsområdet finns ett brett utbud av mataffärer, butiker, bilaffärer, hantverkare, verkstäder, restauranger, kaféer, frisörer, möbelaffärer, färghandlare, bensinstationer, gym och bowling, Leos Lekland med mera.

Kultur för alla



Bildmuseet

Tips!

Vad händer i veckan?
Aktuella evenemang
hittar du på:
**[visitumea.se/
sv/evenemang](https://visitumea.se/sv/evenemang)**

Bildmuseet

En av landets mest intressanta scener för internationell samtidskonst. Här kan hela familjen ta del av konstupställningar 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**

Västerbottens Museum

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

Läs mer på: **vbm.se**

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

Konstvägen Sju Älvar

Detta är troligen världens längsta permanenta utställning. Den sträcker sig 35 mil från kusten till fjällen och innehåller tretton konstverk. Sex av dessa finns i Umeåregionen. Ett av de mest kända är ”Hägring”, en glaskyrka på en myr mellan Bjurholm och Vännäs.

Läs mer på: konstvagen.se

Olofsfors Bruk

Med anor från 1762 är Olofsfors Bruk en av Sveriges mest genuina och välbevarade järnbruksmiljöer. Här finns restaurang, kafé, byggnads-vårdsbutik, boende och guidade turer. Dessutom ett flertal etablerade konstnärer som ibland ställer ut.

Läs mer på: olofsforsbruk.nu

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. Fritt inträde.

Läs mer på: umedalensskulptur.org

Kvinnohistoriskt museum

I kulturhuset Väven finns Kvinnohistoriskt museum – Sveriges första! I utställningar om vår nutid, historia och framtid sätter museet kvinnor i centrum för berättelsen.

Läs mer på: kvinnohistoriskt.se

Guidad stadsvandring

Häng med på en stadsvandring och lär dig mer om Umeå! Sommartid erbjuder Umeå guideförening i samarbete med lokala sponsorer kostnadsfria guidade turer.

Läs mer på: umeguide.se

Gör en **utflykt**



Berguddens fyr, Holmön

Holmön

Upptäck en av våra skärgårdspärlor. Färjan till Holmön avgår från Norrfjärden som ligger ca 30 km norr om Umeå och turen tar ca 45 minuter. Den storslagna naturen upptäcks enkelt med cykel som kan hyras på ön. Vill du uppleva något alldeles extra: segla med Slupen till ön Stora Fjäderägg och övernatta i Fyrvaktarbostäderna.

Läs mer på: **visitholmon.com**

Mårdseleforsen

Vid Mårdseleforsens Naturreservat kan du njuta av storslaget landskap där urskogen möter älven och studera stenhällar som bär spår från istiden. Missa inte White Guide-restaurangen Wild River som erbjuder mat och dryck inspirerad från närområdet i kombination med vad det västerbottniska inlandet erbjuder.

Läs mer på: **wildriver.se**

Älgens Hus

Sugen på att se älg? På Älgens hus i Västernyliden utanför Bjurholm är det absolut älggaranti! Här får du se och klappa livs levande älgar och lära allt du behöver veta om skogens konung.

Läs mer på: algenshus.se



Norrbyuskär

Här finner du en vacker skärgårdsnatur, god mat, konst, kultur och aktiviteter som passar alla åldrar. Koppla av i rogivande miljö, njut av skärgårdsinspirerade menyer, upplev den underbara naturen eller delta i någon äventyrsaktivitet. Färjan till Norrbyuskär avgår från Norrbyn, 39 km söder om Umeå.

Läs mer på: visitnorrbyuskar.se

Formstråket

En 35 km lång sträcka mellan Öre och Hörnsjö med olika kreatörer och hantverkare: Åbrånets Limousin, Maria Lundström Konst, Presteles trädgårdskafé & logi, Den gamla butiken i Örsbäck, Humlebäck Keramik och Möbelsnickeri, Pjöllers Design samt Öre gårdsbageri. Här finns ett gediget utbud av upplevelser, unikt hantverk och god mat.

Läs mer på: formstraket.se

Umeå Energicentrum

I Klabböle hittar du Umeås första kraftverk. Här finns guidade turer och aktiviteter för alla åldrar inklusive en äventyrslekpark och kafé. Ta hängbron över Umeälven till skogsträdgården Arbo-retum Norr på andra sidan.

Läs mer på: umeaenergi.se

Ratan

40 km norr om Umeå ligger byn Ratan. I anrika Tullgården kan man lära sig mer om landhöjningen längs Västerbottens-kusten och byns spännande historia som krigsskådeplats och storhamn. Hantverk i Ratan säljer hantverk i hamnmagasinet och i byn finns även en gästhamn samt ställplatser för husbilar.

Läs mer på: ratan.se

Vandra i vacker natur



För mer info:
**Ladda ner
appen Naturkartan
eller besök
visitumea.se.**

Vandring längs Isälvsleden

Isälvsleden

Populär vandringsled mellan Vindeln och Åmsele (ca 60 km lång) som följer stigar och småvägar i en vacker och lättgången terräng, formad av inlandsisen. Här hittar du bland annat Lerfallet i Ristjärn där vattnet har bildat ett mini-atyrlandskap med aktiva slamvulkaner och även Missutjärn, en av de vackraste tjärnarna, som är omgärdad av en sagobetonad gammeltallskog.

Drakryggen

Lögdeälven är känd för sina ravinlandskap, meanderbågar och olika former av terrasser. Måktigast av niporna är Drakryggen som du hittar ca 300 m norr om Storforskojan. Stigen följer den smala åskammen som verkligen gör skäl för sitt namn. Himlastegen – en trappa med drygt 100 trappsteg, tar dig upp till ryggen.

Tio toppar Tavelsjö

En besöksguide som hjälper dig att hitta upp på tio berg i området runt Tavelsjö. För varje berg finns en markerad stig från dess fot upp till toppen. Välj mellan vandringar från 0,5 till 2,1 km (enkel väg) och stigningar som varierar mellan 46 och 165 höjdmeter. När du bestigit alla berg har du tagit mer än 1 000 höjdmeter.



Fin utsikt längs Tavelsjöleden

Öreälvleden

En ca 10 mil lång vandringsled i ett magnifikt skogs- och älvs-landskap kantat av höga nipor och djupa raviner längs Öreälven. Här finns ett flertal övernattningsstugor och rastplatser. Dagsvandrarerna når leden via bilvägar längs hela sträckan, vilket gör leden till en perfekt dagsutflykt med familjen.

Tavelsjöleden

Stadsnära vandringsled som startar i centrala Umeå. Upptäck flertalet grottor, bestig de höga topparna och passa på att spana efter det mytomspunna Tavelsjöodjuret när du har utsikt över Tavelsjön. Leden knyts samman med både Vindelälvsleden och Vännforsleden och är 42 km lång.

Soft Hiking

Tavelsjön runt, Nydala Runt och Ume Älvdal/Strandpromenaden är några exempel på populära och lättillgängliga leder runt Umeå som lämpar sig väl för både cykelturer och lättare vandring. För barnfamiljen kan vi tipsa om **Klangvägen** (Agnäs, Bjurholm), som är en interaktiv vandringsled med ljudkonstverk och magnifika vyer från Rågbergets topp. **Äventyrsstigen** vid Nydalasjön (Umeå) är en ca 800 meter lång skogsstig med elva hinder av varierande karaktär och svårighetsgrad där balansen sätts på prov. Passar barn i alla åldrar.

Läs mer på: visitumea.se

Unika upplevelser och **äventyr**



Fartfylld forsränning

Upplev ett äventyr bland vågorna i en av Europas sista orörda älvar – Vindelälven. Du utrustas med våtdräkt, flytväst, hjälm och paddel och efter en grundlig säkerhetsgenomgång väntar den vilda forsen. Missa inte Forsknäckarnas familjetur (från 7 år) som avslutas med glassfest hos Glassbonden!

Läs mer på: **forsknackarna.se**,
forsranning.se



Huskypromenad

Upplev naturen tillsammans med en social och glad fyrbent vän. I sommar kan du vandra eller jogga i skogsterräng med guide och hundar.

Läs mer på: auroraborealis.nu,
granobeckasin.com,
hedlundahusky.se,
teamissa.se, facebook.com/draghundarbajornligans/

Bygg din egen flotte

Hos Granö Beckasin kan du bygga din egen timmerflotte och uppleva Umeälvens vackra omgivningar från första parkett. Stanna för bad, fiske eller fika när helst du vill. Du väljer själv om du vill uppleva detta äventyr under en, två eller hela sju dagar.

Läs mer på: granobeckasin.com



Paddla längs kust och älvar

I regionen finns flera möjligheter att upptäcka naturen från kanot eller kajak. Kanske en tur längs Öreälvens dalgång eller varför inte följa med på en gourmetpaddling vid kusten? Kanotuthyrning finns bland annat i Bjurholm, Åmsele, Tavelsjö och i Sävar.

Läs mer på: visitumea.se

Turridning

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

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

För hela **familjen**



Djur är kul!

Älgens Hus i Bjurholm erbjuder närkontakt med skogens konung. Här kan du se, uppleva och klappa livs levande älgar. **Mickelbo Gård** i Mickelsträsk är en mini-djurpark med svenska lantdjur och lite mer exotiska djur så som jak, lama och kamel. Hos **Glassbonden** i Västra Selet bjuds det på glass med lokala smaker i glassbaren med utsikt över Vindelälven och de betande djuren.

Läs mer på: algenshus.se, mickelbo.se, glassbonden.se

Bada ute eller inne?

Hos oss hittar den som är badsugen äventyrsbad både ute och inne. Äventyrsbaden Navet och Aquarena (inomhus) liksom Umelagun och Vännäsbadet (utomhus) är några av våra favoriter.

Läs mer på: visitumea.se/sv/bada

Aktiv lek och mysterium

Sugen på en kul aktivitet med hela familjen? I Umeå finns lekland för de yngsta, laserdome och arkadhallar för de lite äldre och escaperooms för den som gillar att lösa mysterium. I Obbola finns en multisportarena för alla former av cykling.

Läs mer på: leoslekland.se, hazeland.se, megazone.se, molinders.se, multiarenan.se

Snabbguide

Följ oss för
mer inspiration!



@visitumea

TURISTINFORMATION

Visit Umeå turistcenter är helt digitalt och erbjuder inspiration och information om Umeåregionen på svenska och engelska.

Besök oss på: www.visitumea.se

Maila oss på: info@visitumea.se

Tips på bra sommarinfo på webben

Barnaktiviteter – visitumea.se/sv/barnfamiljer

Cykling – visitumea.se/sv/cykla

Paddling – visitumea.se/sv/paddla

Vandring – visitumea.se/sv/populara-vandringsleder

Sommartips – visitumea.se/sv/sommar

Utflyktstips – visitumea.se/sv/utflykter

FAQ – visitumea.se/sv/faq

Kartor och broschyrer

Tryckt material finns på hotell, campingplatser, shoppinggallerior och nedladdningsbart på visitumea.se/sv/broschyrer

Fritt WiFi

Umeå Energi erbjuder fritt WiFi i Umeå: umeaenergi.se/wifi-plus

BUSS

Lokalt i Umeå och fjärrtrafik: tabussen.nu. Reseinfo: tel. 0771-100 110, samt på Umeå busstation och Vasaplan.

Flygbussen avgår från Vasaplan, Umeå centrum, se: tabussen.nu/flygbussen

Buss till Wasaline: förbokas online eller via tel. 090-14 14 14, senast tre timmar innan avgång. Avgår från Vasaplan (hpl W), se: wasaline.com/bra-att-veta/anslutningstrafik-i-umea/

FÄRJETURLISTOR

Wasaline: wasaline.com

Holmöfärjan: trafikverket.se/farjerederiet/farjeleder/Farjeleder-i-Vasterbottens-lan/
Holmoleden/Tidtabell-Holmoleden/

Norrbyskärfärjan: visitnorrbyskar.se/norrbyskarsfarjan-ab/

PARKERING

Allmän information: upab.umea.se/parkera/hitta-parkering/

Aimo Park: aimopark.se/sv-se/

Husbilsparkering/ställplatser: umea.se/parkering

LATRINTÖMNING

First Camp Umeå är närmast Umeå centrum.

Fler platser: husbilsplats.se/husbilsplatser/hitta-tomningsplatser-for-husbilar/

ÄVENTYR OCH AKTIVITETER / ADVENTURES AND ACTIVITIES

HÄSTAKTIVITETER / HORSE ACTIVITIES

- 1 Backfors Gärd
- 2 Sunnadalens Islandshästar
- 3 Grönåkers Farm

HUNDAKTIVITETER / DOG ACTIVITIES

- 1 Aurora Borealis Adventures
- 2 Hedlunda Husky
- 3 Granö Beckasin

FORSRÄNNING / WHITE WATER RAFTING

- 1 Forsknäckarna
- 2 Wilderness Adventure

VANDRINGSLEDER / HIKING TRAILS

- 1 Tavelsjöleden
- 2 Öreålsleden
- 3 Lögdeålvens Vildmarksled/
Lögdeålsleden
- 4 Isålsleden
- 5 Flottarstigen
- 6 Tavelsjön runt
- 7 Nydala runt
- 8 Ume Älvdal
- 9 Vindelålvensleden/
Vännforsleden

NATUR / NATURE

- 1 Arboretum Norr
- 2 Balbergets naturreservat
- 3 Drakryggen
- 5 Nydalasjön
- 8 Mårdseleforsens naturreservat
- 15 Naturreservat Strömbäck Kont
- 17 Tallbergsbroarna
- 18 Vindelforsarnas naturreservat/
Vindelålvens naturcentrum
- 20 Älgens Hus
- 24 Hamptjärnsstugan
- 25 Klangvägen

KONST & KULTUR / ART & CULTURE

- 14 Slöjdarnas Hus
- 16 Umedalens Skulpturpark

MUSEUM / MUSEUMS

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

-  Gästhamn / Guest harbour
 Färja till Holmöns eller
Norrbyskärs / Ferry to Holmöns
or Norrbyskärs
 Badplats / Bathing area

0 5 10 15 km

T-kartor Sweden AB