

visit umeda!



Bjurholm
Nordmaling
Robertsfors
Umeå
Vindeln
Vännäs

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. Mer inspiration hittar du på vår webbplats visitumea.se. Missa inte kartan på mittuppslaget! Där finns fler besöksmål och aktiviteter utmärkta.

Innehåll

● Mat	3–4	● Norrskén	12
● Shopping	5	● Barn & Familj	13
● Kultur	6–7	● Karta	14–15
● Aktiviteter	8–11		

Foto:

Omslag svensk version: **Fredrik Larsson** | Omslag engelsk version: **Johan Vall Pix** | Gotthards krog: **Erik Nissen Johansen** | Nya Konditoriet: **Robert Wiberg** | Gårdshem: **Gårdshem** | Shopping: **Malin Grönberg** | Bildmuseet: **Wilhelm Rejns** | Hundspann, Granö Beckasin: **Bea Holmberg** | Tavelsjö isbana: **Oskar**

Norberg | Skidtur, snöskor, turridding: **Calle Bredberg** | Vinterlandskap, Granö Beckasin: **Patrick Trägårdh** | Vinterpromenad: **Henke Olofsson** | Norrskén: **Fredrik Larsson** | Curiosum: **Mattias Pettersson**

Producerad av Pondus Kommunikation 2020

Vänligen notera att vi reserverar oss för eventuella ändringar.



Visit Umeå



Visit Umeå

www.visitumea.se





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 något med smak av Västerbotten, om än med kockens egna lilla tvist.

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



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 kaffefinmakaren. Vill du kombinera gott fika med en kulturupplevelse, missa inte Västerbottens museums kafé!

Läs mer på: visitumea.se/sv/kafeer

Lokala delikatesser

Delikatessbutikerna DUÅ, Gårdshem och Två Fiskare i centrala Umeå erbjuder det mesta av det bästa. Fyll ryggsäcken 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



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

Shopping för alla smaker



Julshopping på Kungsgatan

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.

Avion Shopping och IKEA

Avion erbjuder ett av regionens bästa och bekväma 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.

Kultur för alla



Bildmuseet och Arkitektthögskolan

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 museibyggnaden 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: umedalensskulptur.org

Kvinnohistoriskt museum

I kulturhuset Väven finns Kvinnohistoriskt museum – det första 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

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



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

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,
spruceislandhusky.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 fikaförsäljning 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

 [riverlakehuskies](https://www.facebook.com/riverlakehuskies)



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 Gammliaaskogen, 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

Ridture 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 släde.

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



Snöskoter

Flera av destinationens företag erbjuder guidade skoterturer – ett härligt och fartfylt 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

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/Gammliasbogen

– promenadspår körs upp
med skoter

Grössjön naturreservat

– oftast upp trampade 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 norrskenskåtans tak och väggar. Krydda gärna din vildmarksupplevelse med en halvdags hundspännstur och middag ute i det fria. Läs mer på: auroraborealis.nu

Norrskensaktiviteter i Granö

Upplev det vackraste som natthimlen har att bjuda på. Lär dig fotografera detta magiska fenomen tillsammans med en guide. Du kan också välja att boka en norrskenstur med hundspann eller skoter. 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** Facebookgrupp. 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



Curiosum

Sugen på en kul aktivitet med hela familjen? Vinterns stora nyhet är Curiosum, Umeås nya science center. Här kan hela familjen aktivt utforska och lära mer om vetenskap och teknik genom spännande experiment och aktiviteter. Läs mer på: curiosum.umu.se

Spännande experiment på Curiosum

Aktiv lek och mysterium

I Umeå finns lekland för de yngsta och laserdome och arkadhallar för de lite äldre barnen. För alla som gillar kluriga gåtor finns escape rooms och aktiviteter med mysterium att knäcka både utomhus och inomhus.

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

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

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

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
- 6 Spruce Island Husky
- 7 Forsknäckarna
- 8 Damina
- 9 River Lake Huskies
- 10 Björnligans draghundar
- 11 Älgens Hus

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

- 19 Kassjöbacken
- 20 Leos Lekland
- 21 Hazeland
- 22 Aquarena/
Storsjöhallen
- 23 Mickelbo gård
- 10 Megazone
- 10 Navet

BESÖKSMÅL / ATTRACTIONS

NATUR / NATURE

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

KONST & KULTUR / ART & CULTURE

- 10 Norrlandsoperan
- 11 Slöjdarnas Hus
- 12 Umedalens Skulpturpark

MUSEUM / MUSEUMS

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

