

オプション・エクスカージョン | 北行き【秋】

当社の幅広いエキサイティングなエクスカージョンで、目的地をさらに探索してください。提示されたエクスカージョンプログラムは、航海中に利用できるエクスカージョンの一部を示しています。

※エクスカージョンの料金は変動する場合がございます。詳細はお問い合わせください。

●ベルゲン・キルケネス

※単位：ユーロ (EUR)

2日目	出発地	到着地	コース名	所要時間	料金
NO.04	オーレスン	オーレスン	アールヌーボー・ウォーク (秋)	1.5 時間	EUR69
NO.05	ヨールンフィヨルド	ヨールンフィヨルド	ノルウェーの味	2.25 時間	EUR149
NO.06	ヨールンフィヨルド	ヨールンフィヨルド	ヨールンフィヨルドの山歩きエクスカージョン	2.75 時間	EUR135
NO.07	ヨールンフィヨルド	ヨールンフィヨルド	シーリングを訪れながらハイキング	2.75 時間	EUR135
NO.08	ヨールンフィヨルド	オーレスン	ヨールンフィヨルド、ガイランゲル、オーレスン	6.5 時間	EUR229
3日目	出発地	到着地	コース名	所要時間	料金
NO.13	トロンハイム	トロンハイム	ニードロス大聖堂のあるトロンハイム	2 時間	EUR119
NO.14	トロンハイム	トロンハイム	トロンハイム・シティウォーク	3 時間	EUR79
NO.15	トロンハイム	トロンハイム	ニド川でのカヤック	2.5 時間	EUR159
NO.16	トロンハイム	トロンハイム	トロンハイムでのサイクリング	2.75 時間	EUR89
4日目	出発地	到着地	コース名	所要時間	料金
NO.18	ボードー	ボードー	北極海岸ウォーク・ツアー	2.25 時間	EUR119
NO.19	ボードー	ボードー	ボードーとサルトストラウメンを体験	2.25 時間	EUR125
NO.20	ボードー	ボードー	RIB サファリからサルトストラウメンへ	2 時間	EUR189
NO.22	スタムスン	スヴォルヴァール	バイキングに会う (夏)	2.5 時間	EUR199
5日目	出発地	到着地	コース名	所要時間	料金
NO.25	トロムソ	トロムソ	北極圏の首都：トロムソ	3.5 時間	EUR189
NO.30	トロムソ	トロムソ	電動自転車でトロムソを探索 (春と夏)	3 時間	EUR159
6日目	出発地	到着地	コース名	所要時間	料金
NO.31	ホニングスヴォーグ	ホニングスヴォーグ	ノースケープ	3 時間	EUR189
NO.32	ホニングスヴォーグ	ホニングスヴォーグ	バードウォッチング・サファリ	3 時間	EUR249
NO.33	ショレフィヨルド	メーナムン	サーミ文化	2.5 時間	EUR139
NO.36	ホニングスヴォーグ	ホニングスヴォーグ	漁村訪問	3 時間	EUR139



No.04	オーレスン Ålesund
エクスカージョン名	アールヌーボー・ウォーク (秋) Art Nouveau Walk (Autumn)
代金 (お一人様)	€ 69
所要時間	1 時間 30 分
難易度	レベル 2 : 中程度-多少の移動が必要
予約コード	HR-AES2E
エクスカージョンの ポイント	<ul style="list-style-type: none"> ・おとぎ話のような街オーレスンを探索します。 ・この地域の魅力的な歴史についてもっと学びます。 ・華やかなアールヌーボー様式の建物を間近で見ます。 ・通りを散策しながら地元のガイドと交流します。
実用的な情報	
下船港	オーレスン (Ålesund)
乗船港	オーレスン (Ålesund)
利用可能期間	9月2日~11月1日
交通機関	徒歩
ツアー中の食事	
靴と服装	ハイキングシューズ、暖かく防風性のある衣類
注意	アールヌーボーのナショナル・センターであるユージェントシュティルゼンテレ (Jugendstilsenteret) への訪問は、このツアーには、含まれていません。

ヴァイキング時代にまで遡るオーレスンは、現在ではノルウェー国内だけでなく海外でもその建築で有名です。1904年に壊滅的な火災に見舞われ、町の大部分が焼け落ちた後、当時人気のあったアールヌーボー様式で再建されました。

この町は、パステルカラーの建物を際立たせる無数の小塔、尖塔、中世の装飾を誇っています。

私たちの旅は、桟橋でガイドに会い、オーレスンの魅惑的な通りを案内してもらってから始まります。途中、絵のように美しい漁港のプロスデットとアポテケルトルゲット広場を通り過ぎます。20世紀のノルウェーの多作な芸術家、クヌート・スキナーランド (Knut Skinnarland) が彫刻した漁師の少年のブロンズ像の記念碑で写真を撮るチャンスがあります。

町を散策しながら、ガイドが建物やその他の興味深い場所のアールヌーボー様式の特徴をハイライトします。旅をしながら、この地域の豊かな歴史と文化について学んでみませんか。



No.05	ヨールンフィヨルド (The Hjørundfjord) /ウルケ (Urke)
エクスカージョン名	ノルウェーの味 A Taste of Norway Excursion
代金 (お一人様)	€149
所要時間	2 時間 15 分
難易度	レベル 1 : 簡単 - ほとんどの人に適しています
予約コード	HR-HJF2F
エクスカージョンのポイント	<ul style="list-style-type: none"> ・スンモア・アルプスの小さいながらも魅力的なウルケ村を訪ねてください。 ・ノルウェーで最も狭い渓谷のひとつ、ノラングスターレンを旅します。 ・リングストルヴァットネット湖や歴史的なホテル・ユニオン・オイェなどの観光スポットを観光
実用的な情報	
下船港	上陸はテンドーボートで行います。ボートの乗り降りには、ある程度の機動性が必要です。
乗船港	ウルケ (Urke)
利用可能期間	9 月 2 日から 11 月 1 日まで
交通機関	ボート&バス
ツアー中の食事	スナック (軽食)
靴と服装	歩きやすい靴と暖かい服装

ヨールンフィヨルドに入ると、テンドーボートに乗って岸に着きます。風光明媚なスンモア・アルプス (Sunnmøre Alps) の中に位置するウルケ村で下船します。

ここからバスに乗って、ノルウェーで最も狭い谷のひとつ、ノラングスターレンを通り抜けます。途中、自然の地滑りで近くのノラン川の一部がせき止められ、その地域が洪水に見舞われたときにできた、リングストルヴァットネット湖を目にします。天気が穏やかな日には、水面から水没した農場の廃墟を今でも見ることができます。また、Øye の村を通過し、特徴的な Hotel Union Øye を目にします。歴史上最も有名な王、女王、作家、作曲家、探検家がここに滞在しました。

その後、小さなシールドに立ち寄り、軽食を楽しみながら雄大な景色を眺めます。地元の食料品店の商品を見て回った後、ツアーはウルケに戻って終了します。

●エクスカージョンは以下と組み合わせることもできます。

- ・アールヌーボー・ウォーク (オーレスン)



©Hurtigruten

No.06	ヨールンフィヨルド (Hjørundfjord)
エクスカージョン名	ヨールンフィヨルドの山歩きエクスカージョン Mountain Hike in the Hjørundfjord Excursion
代金 (お一人様)	€135
所要時間	2 時間 45 分
難易度	レベル 4 : 挑戦的 - 優れた運動能力と体力が必要
予約コード	HR-HJF2G
エクスカージョンのポイント	<ul style="list-style-type: none"> ・ 近くの村や周辺地域の忘れられない景色を堪能 ・ スンモア・アルプスの壮大な景色の中をハイキング ・ 廃墟ではあるものの、よく保存されたクマの洞窟を発見 ・ 地元の食料品店を訪問
実用的な情報	
下船港	上陸はテンダーボートで行いますが、乗降にはある程度の移動力が必要です。
乗船港	ウルケ (Urke)
方向	北行き
利用可能期間	9 月 2 日 ~ 11 月 1 日
ツアー中の食事	コーヒーとスナック
服装と履物	ハイキングシューズ、暖かく防風性のある服
備考 1	水筒、着替え、カメラ、サングラスを入れたバックパックをご持参いただくことをお勧めします
備考 2	ガイドが必要な安全装備を持参します。
備考 3	参加者は全般的に健康である必要があります。ハイキング経験があり、適切な靴を履いているゲスト向けの急なハイキングです。降雨により、このツアーは急遽キャンセルされる可能性があります。

牧歌的なヒョルンドフィヨルド地方の壮大な山岳ハイキングにご参加ください。まずは古い農道を通り、頂上に向かって険しい小道を急な坂を登ります。そして最後の 500 メートルは石段を登ります。頂上に着くと、素晴らしい景色が迎えてくれます。丘の上の道を進み、セーボ村を見て、廃墟となったクマの洞窟を探検しましょう。下山する前に、ウルケ村を見下ろすレクネス溪谷でコーヒープレイクを取り、フィヨルドの支流と山々の息を呑むような景色を楽しみます。同じ道に戻り、地元の食料品店に立ち寄って、本物のノルウェーの商品を見て回ります。

●エクスカージョンは以下と組み合わせることもできます。

- ・ アールヌーボー・ウォーク (秋)



No.07	ヨールンフィヨルド (Hjørundfjord)
エクスカーション名	シーリングを訪れながらハイキング Hike with a Visit to a Shieling
代金 (お一人様)	€135
所要時間	2 時間 45 分
難易度	レベル 3 : アクティブ - 良好な移動能力が必要
予約コード	HR-HJF2H
エクスカーションのポイント	<ul style="list-style-type: none"> ・美しいウルケ村とその周辺地域を見学 ・フィヨルドから絵のように美しい草原をハイキング ・シーリングを訪れて伝統的な農業について学ぶ ・地元の料理を味わう
実用的な情報	
下船港	上陸はテnderポートで、ボートの乗り降りにはある程度の可動性が必要です。
乗船港	ウルケ (Urke)
利用可能期間	9月2日~11月1日
ツアー中の食事	地元の名物料理
服装と履物	ハイキングシューズ、暖かく防風性のある服
備考1	推奨装備: 水筒付きバックパック、着替え、カメラ、サングラス
備考2	ガイドが必要な安全装備を提供します
備考3	参加者は全般的に健康である必要があります

このガイド付きハイキングでは、フィヨルドの側から静かな牧草地を抜け、ハウカスの伝統的なシーリングまでお連れします。1900年代に修復されたこれらの小さな農家は、過ぎ去った時代を魅力的に思い出させてくれます。

かつて、ノルウェーの農場は村にあり、比較的小規模でした。村の周りには牧草地があまりなく、夏になると、羊や牛の群れをどんどん遠くに連れて行って新しい草を食べさせる必要がありました。そのため、シーリングは、農場から遠く離れた場所で毎朝と夕方に牛の乳搾りをする農家や乳搾り娘たちの宿泊場所として建てられました。

シーリングでは、農場での生活について説明してくれる親切なホストが迎えてくれます。敷地内を散策し、古い牛乳桶を運んでみたり、地元の農産物を試食したりしてください。その後、時間があれば、船に戻る前にウルケに戻る途中で食料品店に立ち寄ります。

●エクスカーションは以下と組み合わせることもできます。

- ・アールヌーボーク (オーレスン)



No.08	ヨールンフィヨルド (The Hjørundfjord) - オーレスン (Ålesund)
エクスカーション名	ヨールンフィヨルド、ガイランゲル、オーレスン Hjørundfjord, Geiranger, and Ålesund
代金 (お一人様)	€ 299
所要時間	6 時間 30 分
難易度	レベル 1 : 簡単 - ほとんどの人に適しています
予約コード	HR-HJF2J
エクスカーションのポイント	<ul style="list-style-type: none"> • 手つかずの宝石、ヒョルンドフィヨルドとその周辺地域を探索 • 印象的なフリダルスシュヴェットの眺めを堪能 • 「イーグルロード」を走りながらフィヨルドの風景を楽しみましょう
実用的な情報	
下船港	ウルケへの上陸はテンドーボートで、ボートの乗り降りには機敏な動きが必要です
乗船港	オーレスン (Ålesund)
利用可能期間	10 月 1 日 ~ 31 日
交通手段	バス、フェリー
ツアー中の食事	コーヒー/紅茶
服装と履物	ハイキングシューズ、暖かく防風性のある服
備考	水筒、着替え、カメラ、サングラスを入れたバックパックを持参することをお勧めします

ノルウェーで最もドラマチックな風景を探索し、険しい山々がフィヨルドに落ち込む様子をご覧ください。ウルケからバスで移動し、魅惑的なノランスダーレン渓谷を通ります。フェリーからユネスコ世界遺産のガイランゲルフィヨルドの景色を堪能した後、山に登ってフライダルスユエ展覧台から息を呑むような景色を楽しみます。

エイズダルに向かう途中、「イーグルロード」を進むと、まるで空を飛んでいるような気分になります。この急勾配の道は 11 のヘアピンカーブで構成されており、曲がるたびに素晴らしい景色が楽しめます。フェリーでエイズダルからリングまで移動し、ストールダルの小さな村に向かいます。そこではおいしい食事と飲み物を楽しめます。

この日は、アールヌーボー様式の建築物で最もよく知られている文化的な町、オーレスンで終わります。船に乗る前に、短い観光をしたり、近くのアクスラ山から町と周囲の景色のパノラマビューを楽しんだりする時間があります。



No.13	トロンハイム (Trondheim)
エクスカーション名	ニードロス大聖堂のあるトロンハイム Trondheim with Nidaros Cathedral
代金 (お一人様)	€ 119
所要時間	2時間 00分
難易度	レベル 1：簡単 - ほとんどの人に適しています
予約コード	HR-TRD3B
エクスカーションの ポイント	<ul style="list-style-type: none"> ・トロンハイムの街を探索し、その文化と歴史について学びましょう ・ノルウェーの国宝、美しいニードロス大聖堂を訪れましょう ・ガイド付きツアーを楽しみ、大聖堂に関する本を受け取りましょう ・ウツイクテン展望台から街の景色を堪能しましょう
実用的な情報	
下船港	トロンハイム (Trondheim)
乗船港	トロンハイム (Trondheim)
利用可能期間	9月3日~4月2日 (12月24日を除く)
交通手段	バス
服装と履物	履き心地の良い靴と暖かい服装
備考1	日曜日と祝日は教会の礼拝のため、案内は、大聖堂の外と博物館で行われます。
備考2	ニードロス大聖堂内での写真撮影は禁止されています。

ノルウェーの元祖首都へようこそ！997年に設立されたトロンハイムは、さまざまな時代を経てきました。街を散策しながら、保存状態の良い色鮮やかな埠頭や、バックランデット地区にある特徴的な赤いアーチを持つ19世紀の木造橋に注目してください。バスでトロンハイムの通りや地区を巡りながら、ガイドが街の歴史について詳しく説明します。ウツイクテンで少し停車し、上空から街を眺めます。

トロンハイムへの旅は、印象的なニードロス大聖堂を訪れなければ完結しません。ノルウェーの守護聖人である聖オーラヴの埋葬地の上に建てられたこの巨大な建物の建設は、1070年に始まりました。大聖堂のガイド付きツアーに参加すれば、多くの方がノルウェーで最も美しい宗教建築物と評する理由がわかるでしょう。大聖堂に関する本をお土産としてお持ち帰りいただけます。



No.14	トロンハイム (Trondheim)
エクスカージョン名	トロンハイム・シティウォーク Trondheim City Walk
代金 (お一人様)	€ 79
所要時間	3時間 00分
難易度	レベル 3 : アクティブ - 良好な移動能力が必要
予約コード	HR-TRD3D
エクスカージョンのポイント	<ul style="list-style-type: none"> ・ノルウェーの旧首都トロンハイムをガイド付きで散策 ・スティフトスゴーデンやヴァイキング王オーラヴ・トリグヴァソンの像などの名所を巡る。 ・有名なニーダロス大聖堂を外からも内からも鑑賞 ・トレンディなバックランデット地区への入り口である旧市街の橋、ガムレ・ピプロを見る。
実用的な情報	
下船港	トロンハイム (Trondheim)
乗船港	トロンハイム (Trondheim)
利用可能期間	1月1日～12月31日 (12月24日を除く)
交通手段	徒歩
ツアー中の食事	なし
服装と履物	ハイキングシューズ、暖かく防風性のある衣類
備考 1	ニーダロス大聖堂内でのガイディング (説明) はできません。
備考 2	大聖堂を外から見学し、日曜日と祝日には教会の礼拝のため大司教宮殿に入場できません。
備考 3	歩く距離は約 5km です。

トロンハイムのガイド付きウォーキングに参加して、この歴史ある街について学びましょう。19 世紀後半に開発された港からスタートし、トロンハイムの王宮であるシュティフトゴーデンまで歩きます。マーケット広場まで進むと、街の創設者であるヴァイキング王オーラヴ・トリグヴァソンのそびえ立つ像を間近で見ることができます。

ここからニーダロス大聖堂まで歩きます。ここでは、ノルウェーの国宝であり、世界最北の大聖堂の中に入ることができます。赤い尖ったアーチがある古い街の橋、ガムレ・ピプロを通過するときは、カメラを準備してください。この橋は地元の人々に「幸福の入り口」として知られています。これは、20 世紀のノルウェーの歌手兼作曲家、クリスティアン・ホッドが作った人気のワルツにちなんで名付けられたニックネームです。栈橋に戻る前に、ニド川沿いの色鮮やかな埠頭の景色をお楽しみください。



No.15	トロンハイム (Trondheim)
エクサカーション名	ニド川でのカヤック Kayaking on the River Nid
代金 (お一人様)	€ 159
所要時間	2時間 30分
難易度	レベル 4: 挑戦的 - 優れた運動能力と体力が必要
予約コード	HR-TRD3G
エクサカーションのポイント	<ul style="list-style-type: none"> ・トロンハイムの旧市街を蛇行しながら流れるニド川をカヤックで下る ・水上からトロンハイムの主な名所を見学 ・カヤックで通り過ぎる地元の人々や街を訪れる他の観光客に手を振り返す ・経験豊富なインストラクターと一緒にトロンハイムのアクティブなツアーを楽しむ
実用的な情報	
下船港	トロンハイム (Trondheim)
乗船港	トロンハイム (Trondheim)
利用可能期間	1月1日～12月31日 (但し、12月24日を除く)
交通手段	タクシー
ツアー中の食事	チョコレートとドリンク
服装と履物	ドライスーツは、11月1日から4月1日までご利用いただけます。 ライフジャケットと防水服もご用意しております。
最低年齢	大人同伴の場合は6歳。
備考	カヤックのインストラクターが同行しますが、ガイド付きツアーではありません。。

トロンハイムの名所を巡る最もユニークな方法の1つは、水路を探索することです。まさにそれが、トロンハイムの魅力的な旧市街を流れるニド川沿いのこの都会のカヤック・ツアーで提供されるものです。この穏やかなアクティビティは家族連れにとっても楽しいもので、カヤックを初めて体験する人にも適しています。

港から出発し、埠頭のカラフルな木造の建物を通り過ぎてから、市内の小さな水路に漕ぎ出します。ここでは、ニードロス大聖堂、近くの丘の上にあるクリスチャンステン要塞、人気のマリネン公園など、最も有名なランドマークのいくつかを見ることができます。

ニド川は釣りの名所としても知られています。川のいたるところでマスを見つけるのは難しくなく、下流ではサケに出会うこともあります。毎年、ここでは20kgを超えるサケが捕獲されます。



No.16	トロンハイム (Trondheim)
エクスカーション名	トロンハイムでのサイクリング Cycling In Trondheim
代金 (お一人様)	€ 89
所要時間	2時間 45分
難易度	レベル 3 : アクティブ - 良好な移動能力が必要
予約コード	HR-TRD3H
エクスカーションの ポイント	<ul style="list-style-type: none"> ・プロのガイドと一緒に自転車でトロンハイムを探索 ・市内のいくつかのランドマークを通り過ぎ、景色を堪能 ・同じ自転車レーンを定期的に利用する地元のノルウェー人と一緒に走る ・バックランデット地区のカフェでコーヒーとパストリーを楽しむ
実用的な情報	
下船港	トロンハイム (Trondheim)
乗船港	トロンハイム (Trondheim)
利用可能期間	4月3日~9月2日
ツアー中の食事	コーヒーとパストリー
服装と履物	サイクリングに適した丈夫な靴と暖かい服装
参加資格	参加者は、12歳以上または身長150cm以上である必要があります。
備考	ペビートレーラー (サイクルトレーラー) とチャイルドシートもご用意しております。

トロンハイムをノルウェーで最も自転車に優しい都市にするために、多くの努力が払われてきました。現在、トロンハイムの中心部には5 kmを超える赤い自転車レーンがあります。今日は、自転車に乗る無数の地元の人たちと一緒に、トロンハイムのリラックスした自転車ツアーに出かけます。

船が停泊している場所から出発し、フィヨルドに沿って自転車に乗り、新しい自転車橋を渡ります。この橋からは、トロンハイム版アルカトラズであるムクホルメン島の素晴らしい景色が楽しめます。ここから、ニド川沿いのイラ地区を自転車で走ります。そこでは、印象的なニードロス大聖堂が見えます。

賑やかなバックランデット地区に入り、この地域にたくさんある居心地の良いカフェの1つでコーヒーとパストリーを楽しみます。船に戻る途中、歴史地区と、地元の人々にとても人気となっているかつての造船所であるトレンディなソルセイデン地区の近代化された部分を横切ります。



©Hurtigruten

No.18	ボードー (Bodø)
エクスカージョン名	北極海岸ウォーク・ツアー Arctic Coastal Walk Excursion
代金 (お一人様)	€ 119
所要時間	2時間 10分
難易度	レベル3: アクティブ - 良好な移動能力が必要
予約コード	HR-B004B
エクスカージョンのポイント	<ul style="list-style-type: none"> ・北極の自然に近づき、美しい景色を楽しみましょう ・ノルウェー沿岸の文化、歴史、地質について学びましょう ・知識豊富な現地ガイドによるガイドと指導を受けましょう ・ヴァイキングの墓を見て、ヴァイキングの歴史についてさらに詳しく学びましょう
実用的な情報	
下船港	ボードー (Bodø)
乗船港	ボードー (Bodø)
利用可能期間	1月2日~12月30日 (12月24日~26日、イースターを除く)
交通手段	バス
服装と履物	ハイキングシューズ、暖かく防風性のある衣類
備考1	ご要望に応じて杖やスパイクもご用意しております
備考2	ウォーキングの距離は約3kmです。

ノルウェーの海岸沿いのガイド付きウォーキングに参加して、この国が海に依存していることを深く理解しましょう。経験豊富なガイドが海岸沿いの小道や砂浜を案内し、途中で興味深い景色や野生生物を案内します。海の上を飛びワシや、餌を探しているホッキョクギツネが見つかるかもしれません。この海岸沿いでは、長年にわたって多くのヴァイキングの墓が発見されています。それらは通常、草に覆われた丘のように見え、歴史と北欧の遺産を隠しています。私たちのガイドがそのうちの1つを案内します。一緒に歩きながら、ガイドはボードーの町の歴史や海岸の地質に関する知識を共有します。

自然への献身と調和はノルウェーの文化に深く根付いており、「アウトドア・ライフ」を意味するノルウェー語の表現「フリルフトスリーヴ」という言葉に要約されています。波の音を聞き、新鮮な空気を肌で感じながら、この言葉の意味をより深く理解できるはずです。

●下記エクスカージョンと組み合わせることもできます。:

- ・ヴァイキングに会う (冬)
- ・ヴァイキングに会う (夏)
- ・ロフォーテンのハイライト
- ・ロフトピルス醸造所
- ・ロフォーテンの農場訪問



No.19	ボードー (Bodø)
エクスカージョン名	ボードーとサルトラウメン海峡の渦潮を体験 Experience Bodø and Saltstraumen
料金 (お一人様)	€ 125
所要時間	2時間 10分
難易度	レベル 2 : 中程度 - 多少の移動が必要
予約コード	HR-BOO4C
エクスカージョンのポイント	<ul style="list-style-type: none"> • ボードーの町をガイド付きで巡るツアーをお楽しみください • 海岸からサルトラウメン海峡の渦潮を眺めましょう • サルトラウメン海峡で作られた塩の薄片をお土産に持ち帰りましょう • 周辺地域に生息するウミワシにご注目ください
実用的な情報	
下船港	ボードー (Bodø)
乗船港	ボードー (Bodø)
利用可能期間	1月2日~12月30日 (12月24日を除く)
交通手段	バス
服装と履物	ハイキングシューズ、暖かく防風性のある衣類
備考1	複数の言語で利用可能な自動音声ガイドがあります。
備考2	サルトラウメン海峡の渦潮は、潮の満ち引きに左右されるため、保証はできません。

今日のツアーは、北極圏のすぐ北にあるボードーの町から始まります。人口約5万人のこの町は、ノルウェー北部で2番目に大きい町です。そこから、素晴らしい景色を眺めながらサルトラウメンへと向かいます。

サルトラウメンは3000年ほど前から存在し、訪れる人々を驚かせてきました。ここでは、水流が最大20ノットに達し、6時間ごとに最大4億立方メートルの海水が150メートル幅の海峡を流れていきます。世界最強の潮流を堪能した後は、ここで作られた塩のフレークの箱が渡されます。水からユニークなミネラルを分離するには48時間かかります。雪の結晶と同じように、塩の結晶はサルトラウメンの水温、季節、湿度の組み合わせによって形作られ、ユニークです。塩を家に持ち帰り、料理に北極の風味を加えて友達を感心させましょう。

●下記エクスカージョンと組み合わせることもできます。 :

- ヴァイキングに会う (冬)
- ヴァイキングに会う (夏)
- ロフォーテンのハイライト
- ロフォトピルス醸造所
- ロフォーテンの農場訪問



No.20	ボードー (Bodø)
エクスカージョン名	RIB ボート・サファリからサルトラウメン海峡の渦潮へ RIB Safari To Saltstraumen
代金 (お一人様)	€ 189
所要時間	2時間 00 分
難易度	レベル 3 : アクティブ - 良好な移動能力が必要
予約コード	HR-BOO4D
エクスカージョンのポイント	<ul style="list-style-type: none"> ・スリル満点の RIB ボート (硬質インフレーター・ボート) に乗ってサルトラウメン海峡を訪れましょう。 ・世界最強の潮流を間近で見ることが出来ます ・ウミワシやその他の野生動物を観察するチャンスがあります ・この地域の歴史と地質について詳しく学びましょう
実用的な情報	
下船港	ボードー (Bodø)
乗船港	ボードー (Bodø)
利用可能期間	4 月 1 日~11 月 3 日
交通手段	RIB ボート (硬質インフレーター・ボート)
服装と履物	履き心地の良い靴、暖かく防風性のある服装。特別な服装は提供されません。
最低年齢	大人同伴の場合は 6 歳以上
備考 1	腰痛のある人には適していません
備考 2	潮流の強さは潮の満ち引きに左右されるため、保証はできません。
備考 3	特別服装のサイズは XS から XXL までご用意しています。サイズがこの範囲外の場合は、エクスカージョンを予約する前に船内のコースタル・エクスペリエンス・チームにご相談ください。

サルトラウメン海峡の渦潮は、何世紀にもわたって地元の芸術家や作家にインスピレーションを与えてきましたが、それには十分な理由があります。サルトラウメンは、世界で最も強力な潮流がある海峡です。1 日に 4 回、幅 150 メートル、深さ 31 メートルの通路を 4 億立方メートルの水が押し出され、流れ込みます。潮流が最も強いときには、幅 10 メートルの渦潮が現れることがあります。RIB ボート・サファリでこの自然の驚異を目の当たりにし、感動を味わってください。経験豊富で知識豊富な船長が操縦する頑丈なゴムボートに、安全かつ快適に座っていただきます。ボートに乗っている間、ウミワシやその他の鳥や野生動物を目にするチャンスがあります。また、露出した岩肌には独特の模様があることに気づくかもしれません。これは、2 億 5 千万年以上前に遡るカレドニア褶曲 (しゅうきょく) と呼ばれる、巨大な圧力によって岩が折り畳まれた結果です。

● 下記エクスカージョンと組み合わせることもできます。

- ・ヴァイキングに会う (夏)
- ・ロフォーテンのハイライト
- ・ロフォトピルス醸造所
- ・ロフォーテンの農場訪問



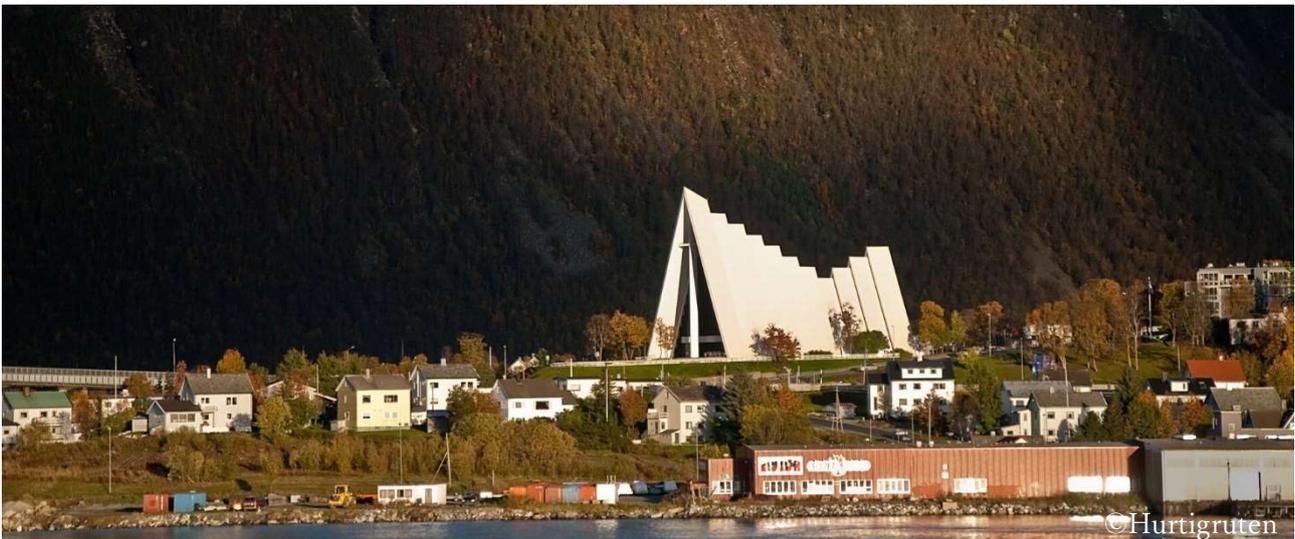
©Hurtigruten

No.22	スタムスン - ロフォーテン諸島の真髄 - スヴォルヴァール - ロフォーテン諸島の中心
エクスカーション名	ヴァイキングに会う (夏) Meet the Vikings (Summer)
代金 (お一人様)	€ 199
所要時間	2時間 30分
難易度	レベル 1 : 簡単 - ほとんどの人に適しています
予約コード	HR-STU4F
エクスカーションのポイント	<ul style="list-style-type: none"> ・スタムスンドからスヴォルヴァールまでのガイド付きバスツアーでロフォーテン諸島の美しい景色をお楽しみください ・ヴァイキング時代の最大のロングハウス (共同住宅) の復元を見学 ・古代ノルウェーの神々に乾杯する本格的なヴァイキングの儀式に参加 ・神々の飲み物であるミードとともに伝統的なヴァイキング料理をお楽しみください
実用的な情報	
下船港	スタムスン (Stamsund)
乗船港	スヴォルヴァール (Svolvær)
利用可能期間	4月4日~11月3日
交通手段	バス
ツアー中の食事	ディナー、蜂蜜酒 (ミード)
服装と履物	履き心地の良い靴と暖かい服装
備考	ロフォート・バイキング博物館の見学時間は約 1 時間です。

スタムスンドからロフォート・バイキング博物館があるボルグまで、歴史の旅に参加しましょう。道中、ガイドがここで暮らしていたヴァイキングたちの暮らしについて語ります。敷居をまたぐと、タールと焚き火の匂いが迎えてくれます。オイルランプの揺らめく光が、首長の家の美しい職人技、装飾、建築を照らします。首長とその妻が、本物のヴァイキング料理に招待してくれます。首長が商品を持って世界へ旅立つとき、ヴァイキングたちが古代ノルウェーの神々に犠牲を捧げ、健康と繁栄と航海の安全を祈る様子をご覧ください。伝統的な食べ物、衣装、歌、踊りで、ヴァイキング時代を真に垣間見ることができます。神々の飲み物であるミードと一緒に出される伝統的なヴァイキング料理を楽しんだ後は、ロングハウスを見学できます。その後、バスに乗ってスヴォルヴァールへ行き、途中でロフォーテン諸島の歴史についてさらに学びます。

●下記のエクスカーションと組み合わせることもできます。

- ・スヴァルティセン氷河
- ・北極海岸ウォーク・ツアー
- ・ボードーとサルトストラウメンを体験
- ・RIB サファリからサルトストラウメンへ



No.25	トロムソ - 北極圏への玄関口
エクスカーション名	北極圏の首都：トロムソ The Arctic Capital: Tromsø
代金（お一人様）	€ 189
所要時間	3時間 30分
難易度	レベル 1：簡単 - ほとんどの人に適しています
予約コード	HR-TOS5A
エクスカーションのポイント	<ul style="list-style-type: none"> ・トロムソ周辺のガイド付きバスツアーを楽しみ、その歴史について学びましょう ・ケーブルカーに乗って近くの山に登り、トロムソの素晴らしい景色を楽しみましょう ・北極大聖堂（トロムスダーレン教会）の建築とステンドグラスの窓を鑑賞しましょう ・フルスチーム沿岸博物館を訪れ、ノルウェーの海洋遺産について学びましょう
実用的な情報	
下船港	トロムソ (Tromsø)
乗船港	トロムソ (Tromsø)
利用可能期間	1月2日～12月30日（但し、5月17日と12月24日～26日を除く）
交通手段	バス
服装と履物	履き心地の良い靴、暖かく防風性のある服

昔から多くの北極探検の拠点であったトロムソは、文化と歴史の両方に富んでいます。このツアーでは、北極圏の北で3番目に大きい都市の主要な名所のいくつかを見ることができます。

ツアーは、トロムソの有名なケーブルカーに乗ってストールスタイネン山（海拔420メートル）の頂上まで登ることから始まります。街とそれを囲むフィヨルド、山、島々の壮大な景色を眺めながら、自分の位置を確認しましょう。高原を散策したり、Fjellstua restaurant（ストールスタイネン山頂のカフェ）からの景色を眺めながら軽食をとったりしてください。次に、壮大な北極大聖堂（トロムスダーレン教会）に向かいます。ガラスのモザイク窓が目立つこの建物は、北極の自然に触発され、今日ではトロムソのスカイラインの象徴となっています。最後の目的地は、世界最北の沿岸博物館であるフルスチーム博物館です。ここでは、この地域の海洋遺産を深く知ることができます。シーサーミの歴史、文化、伝統、そして海や北極の環境との深いつながりについて学ぶことができます。また、ユニークな海洋工芸品を鑑賞したり、危険な北の海を勇敢に航海した船乗りたちの物語を読んだりすることもできます。帰る前に、有名なノルウェーの写真家のレンズを通してオーロラを鑑賞する「オーロラ」展にぜひお立ち寄りください。



©Hurtigruten

No.30	トロムソ - 北極圏への玄関口
エクスカーション名	電動自転車でトロムソを探索（春と夏） Explore Tromsø by E-bike (Spring & Summer)
代金（お一人様）	€ 159
所要時間	3時間 00分
難易度	レベル 3：アクティブ - 良好な移動能力が必要
予約コード	HRI-TOS5U, HR-TOS5U, E-TOS15, HRS-TOS3
エクスカーションのポイント	<ul style="list-style-type: none"> ・トロムソを巡る時は電動自転車に任せましょう ・市内最高のビーチ、フトカまで自転車で行きましょう ・静かな湖から植物園まで、素晴らしい景色を満喫しましょう
実用的な情報	
下船港	トロムソ (Tromsø)
乗船港	トロムソ (Tromsø)
言語	英語とノルウェー語
服装と履物	ヘルメットと高視認性ベストが提供されます。 あらゆる天候に対応できる快適なウォーキングシューズと衣類を着用してください。
車椅子対応	出来かねます。

ガイド付きの小グループ・サイクリング・ツアーで、トロムソを地元の人のように探検しましょう。人里離れた道を通り、地元の秘密を発見し、途中で素晴らしい景色を楽しみましょう。

トロムソの真髄を示す場所を訪れる準備をしましょう。完璧に保存されたアザラシ狩りの船である印象的な MS ボルストジェルナから、市内で最も美しい砂浜であるブクタまで、各停留所でユニークな体験が約束されています。

自然愛好家は、バードウォッチングの楽園であるプレストヴァネット湖を訪れ、トロムソ北極高山植物園でユニークな植物について学ぶことができます。ツアーはトロムソのダウンタウンに戻り、船に戻ります。



©Hurtigruten

No.31	ホニングスヴォーグ - 北極圏への玄関口
エクスカージョン名	ノースケープ（北岬） The North Cape
代金（お一人様）	€ 189
所要時間	3時間 00分
難易度	レベル 1：簡単 - ほとんどの人に適しています
予約コード	HR-HVG6A
エクスカージョンのポイント	<ul style="list-style-type: none"> ・フィンマルク（ノルウェー本土及びヨーロッパ本土の最北端地域）の素晴らしい景色をご覧ください ・大陸最北端のノースケープ（北岬）を訪れましょう ・地球儀の彫刻で写真を撮り、この地域に関する映画を鑑賞しましょう ・フィンマルクと北岬の歴史についてさらに学びましょう
実用的な情報	
下船港	ホニングスヴォーグ（Honningsvåg）
乗船港	ホニングスヴォーグ（Honningsvåg）
利用可能期間	1月1日～12月31日
交通手段	バス
ツアー中の食事	無し
服装	履き心地の良い靴、暖かく防風性のある服

バスで北緯 71 度線を越え、ヨーロッパのちょうど最北端、海面から 307 メートルの高さにあるノースケープ（北岬）まで行きます。

ヨーロッパ大陸の最北端に立ち、海越しに北極点を見渡すと、荒涼とした美しい景色に畏敬の念を抱きます。夏には、近くの崖の上の高原で放牧されているトナカイの群れに出会えるかもしれません。冬には、手つかずの白い平原と雪をかぶった山々が、北極の柔らかな光を反射します。ノースケープ（北岬）の重要性を記念する象徴的な地球儀の彫刻との記念撮影や自撮りも忘れないでください。ノースケープ・ホールのビジターセンターに立ち寄って、この地域の四季を描いた 180 度のパノラマ映像を鑑賞したり、地下トンネルの展示物を通じてこの地域の長い歴史について学んだり、世界最北の礼拝堂に立ち寄ったりします。小さな博物館や土産物店もあります。

●下記のエクスカージョンと組み合わせる事ができます。

- ・サーミ文化
- ・北極圏でのスノーモービル旅行



No.32	ホニングスヴォーグ - 北極圏への玄関口
エクスカーション名	バードウォッチング・サファリ Birdwatching Safari
代金（お一人様）	€ 249
所要時間	3時間 00分
難易度	レベル 2：中程度-多少の移動が必要
予約コード	HR-HVG6B
エクスカーションのポイント	<ul style="list-style-type: none"> ・ヴァイキング時代に遡る小さな漁村、イエースヴァールを訪れましょう ・草に覆われた険しい島々の集まり、イエースヴァールタッパン島の景色をお楽しみください ・ノルウェー最大の鳥の断崖を見るために、ポートでこれらの離島を訪れましょう ・ツノメドリ、ミツユビカモメ、鶺鴒、オオハシウミガラス、トウソクカモメなどの海鳥を見つけましょう
実用的な情報	
下船港	ホニングスヴォーグ (Honningsvåg)
乗船港	ホニングスヴォーグ (Honningsvåg)
利用可能期間	4月6日～9月5日 但し、鳥の移動パターンにより変更される可能性があります。
交通手段	バスとポート
靴と服装	快適な靴、暖かく防風性のある服装。
最低年齢	大人同伴の場合は5歳
備考1	このツアーは足の不自由な方には不向きです。
備考2	双眼鏡をお持ちいただくことをお勧めします
備考3	自然保護区内への上陸は禁止されています。

歴史的なヴァイキングの漁村、イエースヴァールから短い船旅に乗り、近くのイエースヴァールタッパンを探索しましょう。ここでは暖かい海流と冷たい海流が合流して栄養分に富んだ海水が生まれ、島の険しい崖は素晴らしい乗作りの場となっています。ここは何千もの鳥たちやバードウォッチャーにとっての楽園なので、カメラと双眼鏡を忘れずにお持ちください。ポートからは、フィンマルク地方最大のツノメドリの群れと、たくさんのミツユビカモメを観察できます。営巣シーズンには、ウミワシが獲物を求めて上空を飛び回り、ウミスズメ科、オオハシウミガラス、ウ科、クロトウソクカモメ、フルマカモメ、ハシブトウミガラスそして大型のシロカツオドリが悲鳴と鳴き声の不協和音を響かせます。秋には、ヨーロッパ最小の海鳥であるヒメウミツバメも見ることができます。

●下記のエクスカーションと組み合わせる事ができます。

- ・サーミ文化
- ・北極圏でのスノーモービル旅行



No.33	ショレフィヨルド - 自然が支配する美しい大自然 - メーハムン
エクスカーション名	サーミ文化 Sámi Culture
代金（お一人様）	€ 139
所要時間	2時間 30分
難易度	レベル 1： 簡単 - ほとんどの人に適しています
予約コード	HR-KJD6C
エクスカーションのポイント	<ul style="list-style-type: none"> ・ヨーロッパの最北端にあるノルドキン半島を探索します。 ・温かく迎え入れてくれるトナカイ飼いのサーミ人家族を紹介します ・彼らの日常生活の経験を聞き、地元の民俗音楽を聞いてください。 ・伝統的なスープを味わい、美しい手工芸品をご覧ください
実用的な情報	
下船港	ショレフィヨルド (Kjøllefjord)
乗船港	メーハムン (Mehamn)
利用可能期間	5月20日～10月31日
交通手段	バス
ツアー中の食事	トナカイの乾燥肉
靴と服装	歩きやすい靴と暖かい服装

ヨーロッパ最北端の地域に住む先住民族、サーミ人の驚くべき物語を発見してください。トナカイの飼育、独特のドゥオジ伝統工芸、そして自然との親和性で知られるサーミ人は、文化と歴史が豊かな民族です。

サーミ人がサブミと呼ぶその領土は、ノルウェーの中央からロシアの北西端まで広がり、スウェーデン北部とフィンランド北部も含んでいます。サーミ人のトナカイ飼育者の暮らしは遊牧的で、トナカイの本能的な移動に従い、4月に内陸の平原から海岸へ、そして9月にまた内陸の平原へ戻ります。このツアーでは、ノルドキン半島の夏の牧草地でトナカイを飼っている家族に会います。動物たちが他の場所で草を食んでいる間、私たちはラヴォテントに入り、燃える火の周りに座ります。彼らの色彩豊かな物語やヨイク（サーミ人の文化における伝統歌謡あるいはその歌唱法）の歌を聞き、トナカイの干し肉を味わいながら、サーミ人の生活を実際に体験できます。

●下記のエクスカーションと組み合わせる事ができます。

- ・ノースクープ
- ・バードウォッチング
- ・サファリ
- ・漁村訪問



No.36	ホニングスヴォーグ - 北極圏への玄関口
エクスカーション名	漁村訪問 Fishing Village Visit
代金（お一人様）	€ 139
所要時間	3時間 00分
難易度	レベル 2: 中程度 - ある程度の可動性が必要
予約コード	HR-HVG6H
エクスカーションのポイント	<ul style="list-style-type: none"> ・魅力的なマーゲロイ島のガイド付きツアーをお楽しみください ・漁村スカルスヴォーグとカモイヴァーを探索します。 ・魅力的な「クリスマスと冬の家」を訪問します。 ・ホニングスヴォーグのギャラリー「West of the Moon」で地元のアーティストの作品を鑑賞します。
実用的な情報	
下船港	ホニングスヴォーグ (Honningsvåg)
乗船港	ホニングスヴォーグ (Honningsvåg)
利用可能期間	1月2日～12月31日（但し、12月24日～25日を除く）
交通手段	バス
ツアー中の食事	ケーキ
靴と服装	履き心地の良い靴、暖かく防風性のある衣服

フィンマルク県の素晴らしい景色と文化を体験してください。ホニングスヴォーグから出発し、ガイドが地元の歴史について教えてくれる中、素晴らしい景色の中を旅します。

まず、世界最北の漁村、スカルスヴォーグに向かいます。居心地の良い「クリスマスと冬の家」を訪れ、オーナーのハイジに会います。ハイジは、北極圏での生活についてさらに詳しく教えてくれます。お祭りの音楽が流れ、部屋は装飾で飾られ、地元で作られたさまざまな品物を見ることができます。ここでは、温かい飲み物とケーキも楽しめます。

次に、カモイヴァーの漁村に向かいます。忙しい漁師と水面に浮かぶ小さな漁船で賑わう、絵のように美しい港を探索します。ホニングスヴォーグに戻ったら、アーティストのエヴァ・シュムッターの趣のあるギャラリーも訪れます。

この展示では、周囲の風景からインスピレーションを得た芸術品や工芸品が展示されています。天気が良ければ、トゥフィヨルデン展望台に立ち寄り、「ホーネット」を一目見ます。この自然の岩層はサーミ人にとって神聖な場所です。

●下記のエクスカーションと組み合わせる事ができます。

- ・サーミ文化
- ・北極圏でのスノーモービル旅行