

## オプション・エクスカージョン | 北行き【冬】

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.02	オーレスン	オーレスン	アールヌーボー・ウォーク (春と冬)	2時間	EUR105
NO.03	オーレスン	オーレスン	アトランターハフスパルケン水族館とアクスラ山	2時間	EUR105
NO.09	オーレスン	オーレスン	オーレスンでカヤック	2時間	EUR139
NO.10	オーレスン	オーレスン	アルネス灯台	3.5時間	EUR169
NO.11	オーレスン	オーレスン	ヨールンフィヨルドー味と伝統	6.5時間	EUR269
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
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	ボードーとサルトラウメンを体験	2.25時間	EUR125
NO.21	スタムスン	スヴォルヴァール	バイキングに会う (冬)	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.26	トロムソ	トロムソ	犬ぞり (トロムソ)	3.5時間	EUR339
NO.27	トロムソ	トロムソ	極地の歴史散歩	2.5時間	EUR129
NO.28	トロムソ	トロムソ	クロスカントリースキー	3時間	EUR189
NO.29	トロムソ	トロムソ	トロムソでのスノーシュー	3時間	EUR189
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.34	ショレフィヨルド	メーナムン	北極でのスノーモービル旅行	2.5時間	EUR399
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.02	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 (春と冬) Art Nouveau Walk (Spring & Winter)
代金 (お一人様)	€105
所要時間	2 時間
難易度	レベル 2 : 中程度-多少の移動が必要
予約コード	HR-AES2C
エクスカージョンのポイント	<ul style="list-style-type: none"> <li>・オーレスンという町を探索し、その魅力的な歴史について学びましょう</li> <li>・町中の魅力的なアールヌーボー様式の建物をご覧ください</li> <li>・地元のアーティスト、ヘルグ・ビョルンセンのギャラリーに立ち寄って、サイン入りの水彩画を鑑賞しましょう</li> <li>・アールヌーボーの博物館兼国立センターであるユーゲントシュティール・センターを訪れましょう</li> </ul>
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	11 月 2 日~6 月 1 日 (但し、12 月 24 日~26 日、12 月 31 日、 1 月 1 日、イースター、5 月 1 日、5 月 17 日を除く)
交通機関	—
ツアー中の食事	—
服装	ハイキングシューズ、暖かく防風性のある衣類

美しいオーレスン市を巡り、魅惑的な建築を鑑賞しましょう。1904 年に火災で壊滅したこの町は、装飾性の高いアールヌーボー様式で完全に再建されました。

栈橋から出発し、ガイドが私たちをこの魅惑的な町の通りを散策に案内します。絵のように美しい漁港のプロスンデットや、漁師の少年のブロンズ像が誇らしげに立つアポテケルトルゲット広場を訪れます。

魅力的なショッピング・ストリートから、才能あふれる地元出身のアーティスト、ヘルグ・ビョルンセンのギャラリーに立ち寄りましょう。サイン入りのプリントの中から 1 枚を選んで、お持ち帰りください。

次は、アールヌーボーの国立センターであるユーゲントシュティール・センターに立ち寄りましょう。インテリア、家具、その他アールヌーボー風の品々のコレクションは、このユニークな芸術様式の歴史を興味深く理解させてくれます。

※ユーゲントシュティールとは、19 世紀~20 世紀に流行った美術様式のことで、アールヌーボーとも呼ばれています。



No.03	オーレスン Ålesund
エクスカーション名	アトランティック・シーパーク水族館とアクスラ山 Atlantterhavsparken Aquarium and Mount Aksla
代金（お一人様）	€105
所要時間	2 時間
難易度	レベル 2：中程度 - ある程度の運動能力が必要
予約コード	HR-AES2D
エクスカーションのポイント	<ul style="list-style-type: none"> <li>・アクスラ山の頂上からオーレスンの景色を眺めます。</li> <li>・北欧最大級の海水水族館を訪問します。</li> <li>・さまざまな海洋生物を間近で観察し、餌やりに参加しましょう</li> <li>・海を眺めながら熱々のナマズケーキを味わいます。</li> </ul>
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	11 月 2 日から 6 月 1 日まで、 （但し、12 月 24 日～26 日と 31 日、 1 月 1 日、イースター、5 月 1 日および 5 月 17 日を除く）
交通機関	バス
ツアー中の食事	フィッシュケーキ「魚などをすり身にして固めたもの」
靴と服装	履き心地の良い靴と暖かい服装

ノルウェーで最も美しい町のひとつ、オーレスンへようこそ。この旅では、山に登ったり、地元の水族館を探検したりと、地元の自然や野生動物に触れる 2 つの機会を提供します。

町の山、アクスラ山への訪問から遠足が始まります。この展望台からは、町の中心部、群島、遠くのスノモーレ・アルプスの壮大なパノラマが楽しめます。写真を撮ってから、北欧最大規模で最もユニークな海水水族館の 1 つであるアトランティック・シーパーク（Atlantterhavsparken）へ向かいます。海岸線に溶け込んだ建築の宝石であるこの水族館では、ノルウェーの海岸沿いに生息する海洋生物との間近な遭遇を楽しむことができる、本物の体験を提供します。

屋外プールに行っておいペンギンを見たり、科学センターに立ち寄ったり、生息する動物たちの餌やりを手伝ったりしてみましょう。海を望むカフェで熱々のナマズケーキを味わいましょう。



©Hurtigruten

No.09	オーレスン (Ålesund)
エクスカージョン名	<b>オーレスンでカヤック</b> Kayaking in Ålesund
代金 (お一人様)	€ 139
所要時間	2 時間 15 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-AES2K
エクスカージョンのポイント	<ul style="list-style-type: none"> <li>・カヤックというユニークな視点からオーレスンを探索</li> <li>・美しい街を探索し、アールヌーボー様式の建物を見学</li> <li>・オーレスンの波乱に満ちた歴史について学ぶ</li> <li>・経験豊富な地元ガイドの話や洞察を聞く</li> </ul>
<b>実用的な情報</b>	
下船港	オーレスン (Ålesund)
乗船港	オーレスン (Ålesund)
利用可能期間	1 月 1 日 ~ 5 月 31 日
交通手段	カヤック
服装と履物	ハイキングシューズ、防風性のある暖かい服装。カヤック用の服装は用意されています。
最低年齢	12 歳

地元の知識が豊富な認定ガイドの案内でカヤックに乗って水路を進み、絵のように美しいオーレスンの町をまったく違った視点から眺めてみましょう。

オーレスンの大部分は、1904 年に壊滅的な火災で町が破壊されたときに破壊されました。その後、当時の流行のアールヌーボー様式で再建されました。ガイドが町の歴史について語る中、水辺にはたくさんの装飾的な建物が点在しています。

市内中心部でガイドと待ち合わせ、必要な装備をすべて揃えます。安全に関する説明を受けた後、水上を漕いで町を巡り、写真撮影のためにいくつかのポイントに立ち寄りながら、忘れられない旅をします。



©Hurtigruten

<b>No.10</b>	オーレスン (Ålesund)
エクスカーション名	<b>アルネス灯台</b> Alnes Lighthouse
代金 (お一人様)	€ 169
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-AES2L
エクスカーションのポイント	<ul style="list-style-type: none"> <li>• アルネス灯台から素晴らしい海の景色を眺める</li> <li>• ギスケ島とゴドイ島の素晴らしいヴァイキングの歴史を発見</li> <li>• アクスラ山の展望台からパノラマの景色を眺め、焼きたてのお菓「レフセ」を楽しむ</li> </ul>
<b>実用的な情報</b>	
下船港	オーレスン (Ålesund)
乗船港	オーレスン (Ålesund)
利用可能期間	11月2日~6月1日 (12月23日~1月2日、イースター、5月17日を除く)
交通手段	バス
ツアー中の食事	コーヒー/ケーキ
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

バスで「サガ島」として知られるギスケ島へ向かいます。ウィリアム征服王の祖先であるヴァイキングの族長ロロの生誕地であるこの島には、青銅器時代から人が住んでいます。

また、島の支配者一族が自分たちのために建てた 12 世紀の白い大理石の教会も通り過ぎ、その後ゴドイ島へ向かいます。

ここで、アルネスの漁村を通り抜け、アルネス灯台までドライブします。1876 年に建てられたこの灯台はノルウェー文化の保護遺産であり、頂上まで登ると海岸線の素晴らしい景色が楽しめます。

オーレスン市街に戻り、最後にアクスラ山に立ち寄り、町、周囲の群島、フィヨルドの息を呑むような景色を楽しみます。



©Hurtigruten

<b>No.11</b>	オーレスン (Ålesund)
エクスカージョン名	<b>ヨールンフィヨルド — 味と伝統</b> Hjørundfjord - tastes and traditions
代金 (お一人様)	€ 269
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-AES20
エクスカージョンのポイント	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 絵のように美しいヨールンフィヨルドを航海します。</li> <li>• 地元のガイドからこの地域の生活と伝統について学びます。</li> <li>• 魅力的なセーボ村を訪問します。</li> <li>• レッケダル・ゲストハウスでおいしい食事を楽しめます。</li> </ul>
<b>実用的な情報</b>	
下船港	オーレスン (Ålesund)
乗船港	オーレスン (Ålesund)
利用可能期間	11月2日~6月1日
交通手段	バス&ポート
ツアー中の食事	昼食
服装と履物	快適で暖かく、防風性のある衣服。グリップ力の高い靴。
備考1	短距離を歩ける車椅子利用者が利用可能
備考2	MS ブルヴィック号には、トイレがあります。

ヴィンテージ船 ブルヴィック号 (MS Bruvik) に乗って、ヨールンフィヨルド・クルーズに出かけましょう。1949年に建造されたこの人気のモーターシップは、今でもクラシックな装飾が施されており、船内の雰囲気はノスタルジックです。軽食を提供する快適なラウンジと屋外デッキは近代化されており、ドラマチックな景色を眺めるのに最適です。

景色を楽しみながら、雄大なヨールンフィヨルドを通り、Sæbø村まで航行します。地元の知識豊富なガイドが、フィヨルドとそのコミュニティの歴史に関する興味深い洞察を提供し、お客様の体験をさらに充実させます。

Sæbøからは、Rekkedal Guesthouseに向かいます。ここでは、16世紀の家族経営の農場の20代目のオーナーがお客様をお迎えし、おもてなしします。農場とその500年の歴史を探索した後、地元の持続可能な食材を使った思い出に残る食事と、厳選されたワインをお楽しみください。お腹がいっぱいになったので、MS ブルヴィック号に乗ってオーレスンへ戻ります。途中、周囲の素晴らしい景色を楽しめます。



<b>No.13</b>	トロンハイム (Trondheim)
エクスカーション名	<b>ニーダロス大聖堂のあるトロンハイム</b> 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"> <li>・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</li> <li>・ノルウェーの国宝、美しいニーダロス大聖堂を訪れましょう</li> <li>・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</li> <li>・ウツイクテン展望台から街の景色を堪能しましょう</li> </ul>
<b>実用的な情報</b>	
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	ニーダ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、印象的なニーダ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。



<b>No.14</b>	トロンハイム (Trondheim)
エクスカージョン名	<b>トロンハイム・シティウォーク</b> 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"> <li>・ノルウェーの旧首都トロンハイムをガイド付きで散策</li> <li>・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。</li> <li>・有名なニーダロス大聖堂を外からも内からも鑑賞</li> <li>・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。</li> </ul>
<b>実用的な情報</b>	
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。



<b>No.15</b>	トロンハイム (Trondheim)
エクスカージョン名	<b>ニド川でのカヤック</b> 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
エクスカージョンのポイント	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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</li> <li>・水上からトロンハイムの主な名所を見学</li> <li>・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</li> <li>・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</li> </ul>
<b>実用的な情報</b>	
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。



©Hurtigruten

<b>No.18</b>	ボードー (Bodø)
エクスカージョン名	<b>北極海岸ウォーク・ツアー</b> 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"> <li>・北極の自然に近づき、美しい景色を楽しみましょう</li> <li>・ノルウェー沿岸の文化、歴史、地質について学びましょう</li> <li>・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</li> <li>・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</li> </ul>
<b>実用的な情報</b>	
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



<b>No.19</b>	ボードー (Bodø)
エクスカージョン名	<b>ボードーとサルトラウメン海峡の渦潮を体験</b> Experience Bodø and Saltstraumen
代金 (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"> <li>・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</li> <li>・海岸からサルトラウメン海峡の渦潮を眺めましょう</li> <li>・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</li> <li>・周辺地域に生息するウミワシにご注目ください</li> </ul>
<b>実用的な情報</b>	
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

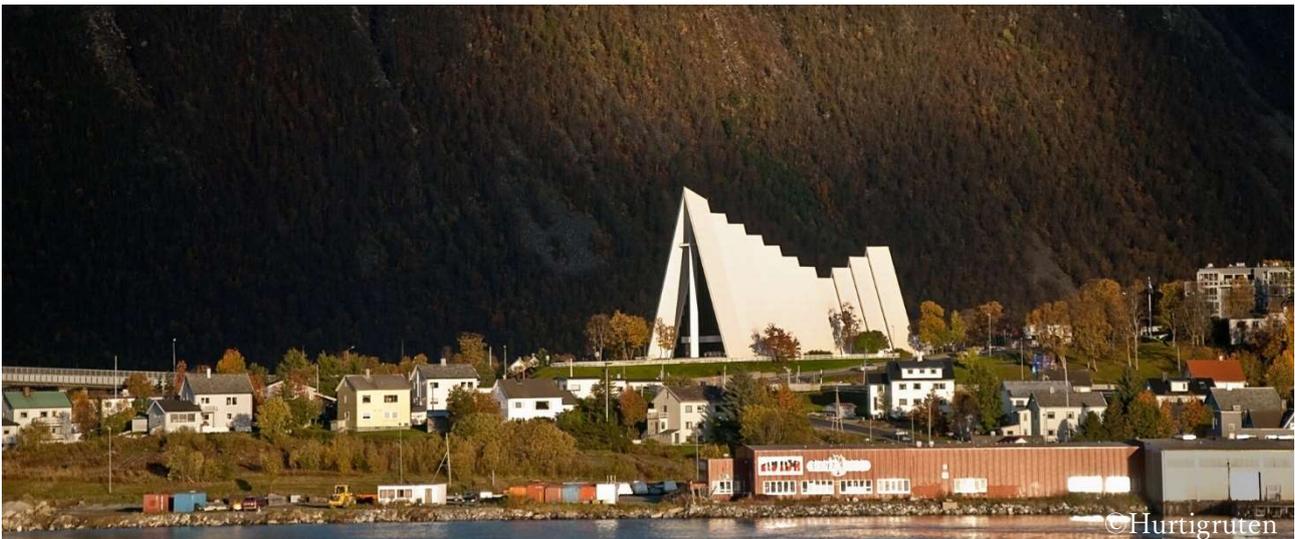


No.21	スタムスン - ロフォーテン諸島の真髄 - スヴォルヴァール - ロフォーテン諸島の中心
エクスカーション名	<b>ヴァイキングに会う (冬)</b> Meet the Vikings (Winter)
代金 (お一人様)	€ 199
所要時間	2時間 30分
難易度	レベル 1：簡単 - ほとんどの人に適しています
予約コード	HR-STU4E
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スタムスンからスヴォルヴァールまでのガイド付きバスツアー</li> <li>・ヴァイキング時代の最大のロングハウス (共同住宅) の復元を見学</li> <li>・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</li> <li>・神々の飲み物であるミード (蜂蜜酒) とともに伝統的なヴァイキング料理を楽しむ</li> </ul>
<b>実用的な情報</b>	
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	11月4日~4月3日 (但し、12月24日~26日、12月31日、1月1日を除く)
交通手段	バス
ツアー中の食事	ディナー、ミード (蜂蜜酒)
服装と履物	履き心地の良い靴と暖かい服装
備考	ロフォートルヴァイキング博物館の見学時間は約 1 時間です。

今日はロフォートル ヴァイキング博物館を訪れます。ここでは、ヴァイキング時代に発見された最も長いロングハウス (共同住宅) の復元を見学できます。最初のロングハウスは西暦 500 年頃に建てられました。ボルグにある族長の家には西暦 1000 年頃まで人が住んでいました。敷居をまたぐと、タールと焚き火の香りが出迎えてくれる。オイルランプのゆらめく光が、酋長の家の美しい職人技、装飾、建築を照らしている。酋長とその妻は、本格的なヴァイキングの食事に招待してくれる。ヴァイキングが北欧の神々に生贄を捧げ、健康と繁栄を祈り、ラグナロク (ハルマゲドン) を避けるために太陽が戻ってくるように祈るのを見よう。神々の飲み物であるミードと一緒に出されるヴァイキング料理を楽しんだ後は、ロングハウスを見て回ることができます。その後、バスでスヴォルヴァールまで移動し、船に戻ります。

●下記エクスカーションと組み合わせることもできます。

- ・ 帆局海岸ウォーク・ツアー
- ・ ボードーとサルトストラウメン海峡の渦潮体験



<b>No.25</b>	トロムソ - 北極圏への玄関口
エクスカーション名	<b>北極圏の首都：トロムソ</b> 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"> <li>・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</li> <li>・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</li> <li>・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</li> <li>・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</li> </ul>
<b>実用的な情報</b>	
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（ストールステ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。



<b>No.26</b>	トロムソ - 北極圏への玄関口
エクスカージョン名	<b>犬ぞり (トロムソ)</b> Dog Sledding (Tromsø)
代金 (お一人様)	€ 339
所要時間	3時間 30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-TOS5B
エクスカージョンのポイント	<ul style="list-style-type: none"> <li>・熟練のマッシャーと一緒に、ハスキー犬が引くそりに乗って楽しいひとときをお過ごしください</li> <li>・森やフィヨルドから雪に覆われた山々まで、冬の風景を堪能してください</li> <li>・オーロラの出現を見逃さないください</li> <li>・伝統的なサーミ・ガメ (木造の小屋) で提供される温かい飲み物と自家製ケーキをお楽しみください</li> </ul>
<b>実用的な情報</b>	
下船港	トロムソ (Tromsø)
乗船港	トロムソ (Tromsø)
利用可能期間	12月1日~5月4日 (但し、12月24日を除く)
交通手段	バスと犬ぞり
ツアー中の食事	コーヒーまたは紅茶とケーキ
服装と履物	履き心地の良い靴、暖かく防風性のある服装。防寒着はご用意しております。
最低年齢	大人同伴の場合は4歳まで。
備考1	バスにはガイドがいません。
備考2	天候や積雪状況により催行の可否が決まります。
備考3	私たちがドライブするトレイルの長さは約6kmです。

ハスキー犬とそりの群れが揃ったミニ極地探検にご参加ください。バスでクヴァロヤ島まで行き、着替えて靴を履いてからそりに乗ります。その後は、ただ座ってリラックスしハスキー犬が凍った大地の上を、そりを引いている間、海と周囲の山々の素晴らしい景色をお楽しみください。極夜は空が澄んでいて、光は星と月だけです。運が良ければオーロラも見えるかもしれません。森や野原を案内するためにヘッドランプを装着し、この小さな冒険の雰囲気さをさらに盛り上げます。乗車後は、サーミ族のガメ (木造の小屋) に招待され、暖炉のそばで温かい飲み物と自家製ケーキを楽しみながら体を温めることができます。ここでは、ワイルダネス・センターでの1日の業務について学び、犬ぞりについて詳しく知ることができます。



©Hurtigruten

<b>No.27</b>	トロムソ - 北極圏への玄関口
エクスカージョン名	<b>極地の歴史散歩</b> Polar History Walk
代金（お一人様）	€ 129
所要時間	2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-TOS5D
エクスカージョンのポイント	<ul style="list-style-type: none"> <li>・北極圏の首都をガイド付きで散策して、知識を深めましょう</li> <li>・北極博物館を訪れて、トロムソの極地の歴史について学びましょう</li> <li>・トロムソで最も古いパブ、ウルハーレン（Ølhallen）で地元のマックビールを飲みましょう</li> </ul>
<b>実用的な情報</b>	
下船港	トロムソ（Tromsø）
乗船港	トロムソ（Tromsø）
利用可能期間	11月5日～4月4日 （但し、12月24日～26日、12月31日、1月1日を除く）
ツアー中の食事	ビール1本または、ミネラルウォーター1本
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

トロムソを散策しましょう。現地ガイドが街の歴史について教えてくれます。船が停泊している桟橋でガイドと待ち合わせ、海岸沿いに北極博物館まで歩きます。途中、有名なノルウェーの探検家ロアール・アムンセンの像、狩猟記念碑、北極大聖堂がはっきりと見えるマーケット広場を通り過ぎます。

北極博物館は 1830 年代の古い税関に建てられたもので、ノルウェーの誇り高き極地の歴史と北極を探検するために北へ向かった多くの探検隊の記録を示す展示品や工芸品が展示されています。

ツアーはメインストリートに沿ってマック醸造所とトロムソ最古のパブであるウルハーレン（Ølhallen）まで続きます。ここでは世界最北の醸造所のビールを楽しめます。ここはかつて漁師、ハンター、極地探検家が集まる人気の場所でした。



No.28	トロムソ - 北極圏への玄関口
エクスカージョン名	クロスカントリースキー Cross-Country Skiing
代金 (お一人様)	€ 189
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-TOS5M
エクスカージョンのポイント	<ul style="list-style-type: none"> <li>• スキーの基礎を学びたい初心者に最適</li> <li>• 柔らかい雪の、簡単で平坦な地形で練習</li> <li>• 屋外の新鮮な空気、景色、そしてオーロラも楽しめます</li> <li>• 焚き火のそばで温かい飲み物と地元のスナックを楽しみながらリラックス</li> </ul>
<b>実用的な情報</b>	
下船港	トロムソ (Tromsø)
乗船港	トロムソ (Tromsø)
利用可能期間	12月1日~5月1日
交通手段	バス
ツアー中の食事	温かい飲み物とノルウェーの伝統的なお菓子レフセ
服装と履物	防風ジャケット/ズボン、帽子、ミトンなどの冬用の靴と暖かい服装が必須です。このツアーには冬用の衣類は含まれていません。
最低年齢	大人同伴の場合は8歳まで。
備考	エクスカージョンのほとんどは平坦な地形ですが、それでも良好な移動能力が必要です。

このツアーはクロスカントリースキーの入門編として最適です。まず、経験豊富なインストラクターが、スキーの着脱の仕方から平らな場所を滑る方法まで、基本的なテクニックをお教えします。

基本的なスキルが身についたら、平坦なコースを滑ります。市街地から車ですぐのトロムソ島の頂上で、美しい景色を眺めながら緩やかに滑りましょう。

スキーに慣れ、雪上での滑走に自信が来てきたら、インストラクターがルート上でより多くのテクニックを紹介してくれます。ツアーの終わりには、小さな丘を登ったり越えたりできるようになるかもしれません。

旅の途中、ガイドが温かいジュースと地元のお菓子を出してくれる休憩があります。



©Hurtigruten

<b>No.29</b>	トロムソ - 北極圏への玄関口
エクスカージョン名	<b>トロムソでのスノーシュー</b> Snowshoeing In Tromsø
代金（お一人様）	€ 189
所要時間	3時間 00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-TOS5N
エクスカージョンのポイント	<ul style="list-style-type: none"> <li>最新のスノーシューで雪の上を歩く体験をします。</li> <li>屋外で過ごし、白い冬の北極の風景を鑑賞します。</li> <li>知識豊富なガイドと一緒に地元の自然について学びます。</li> <li>上空にオーロラが見える中、焚き火のそばで温かい飲み物と軽食を楽しみながらリラックスしてください。</li> </ul>
<b>実用的な情報</b>	
下船港	トロムソ (Tromsø)
乗船港	トロムソ (Tromsø)
利用可能期間	12月1日~5月1日
交通手段	バス
ツアー中の食事	温かい飲み物とノルウェーの伝統的なお菓子レフセ
服装と履物	防風ジャケット/ズボン、帽子、ミトンなどの冬用の靴と暖かい服装が必須です。 このツアーには冬用の衣類は含まれていません。
備考	トイレの設備もあります。

今日は、ノルウェーの冬の定番アクティビティ、スノーシューイングを体験する機会をお楽しみいただけます。このツアーは、バスに乗ってトロムソ島の頂上まで行くところから始まります。主に平坦なエリアは、雪をかぶった白樺とトウヒの森がパッチワークのように広がり、緩やかな斜面がいくつかあります。

モダンなスノーシューを履いて、短い散歩に出かけると、まるで雪の上を浮いているような気分になります。さわやかな冬の空気を吸い込み、歩きながら冬の景色を眺め、ガイドが周囲の自然や北極圏の日常生活について話すのを聞いてください。

ガイドに付いて森を抜け、居心地の良い焚き火を設営する空き地まで進みます。焚き火の周りで話をしながら温かい飲み物と甘いおやつを楽しんだり、シンプルなそりに乗って斜面を滑り降りて子供の頃の楽しい思い出を再現したりしてください。



©Hurtigruten

<b>No.31</b>	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	<b>ノースケープ（北岬）</b> 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"> <li>・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</li> <li>・大陸最北端のノースケープ（北岬）を訪れましょう</li> <li>・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</li> <li>・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</li> </ul>
<b>実用的な情報</b>	
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



©Hurtigruten

<b>No.34</b>	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
エクスカージョン名	<b>北極でのスノーモービル旅行</b> Snowmobile Trip In The Arctic
代金（お一人様）	€ 399
所要時間	2時間 30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-KJD6D
エクスカージョンのポイント	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ショレフィヨルドとメーハムンの間の山をスノーモービルで走り抜けます。</li> <li>・ガイドが語る北極圏での生活の話を聞きます。</li> <li>・空を見上げて魔法のようなオーロラを見るチャンスがあります。</li> <li>・世界最北の大陸の町、メハムンを訪ねます。</li> </ul>
<b>実用的な情報</b>	
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	12月15日～4月30日（但し、12月24日、1月1日は除く）
交通手段	バス&スノーモービル
ツアー中の食事	無し
靴と服装	履き心地の良い靴と暖かい服装。防寒着を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1	天候や積雪の状況により変更する場合がある。
備考2	有効な運転免許証が必要です

ノルドキン半島を巡るこの感動的なツアーは、忘れられない一日となるでしょう。経験豊富なインストラクターが適切なトレーニングを行い、その後スノーモービルに乗り込み、壮大な景色の中をエキサイティングな旅に出かけます。

古い交易所と漁村であるショレフィヨルドから出発し、山を越えてメーハムンに向かいます。雪に覆われた谷を発見し、新鮮な山の空気を吸い込み、周囲の見事な山々を驚嘆しながら眺めてください。途中で、ガイドが先住民族のサーミ人、彼らのトナカイの群れ、この過酷な風景での生活など、私たちが目にする地域に関する知識を共有します。冬にここに来れば、特に太陽が地平線から昇らない極夜の間に、上空でオーロラの光景を目にすることができるかもしれません。春には太陽が戻り、その光が雪に反射して山と谷の美しさを照らします。

●下記のエクスカージョンと組み合わせる事ができます。

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



<b>No.36</b>	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	<b>漁村訪問</b> 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"> <li>・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</li> <li>・漁村スカルスヴォーグとカモイヴァーを探索します。</li> <li>・魅力的な「クリスマスと冬の家」を訪問します。</li> <li>・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。</li> </ul>
<b>実用的な情報</b>	
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