



EUROPA: SCHWEDEN

SUP-WOCHE IN STÖMNE

- > Geführte SUP-Touren
- > Aktivprogramm mit Kanu-, Rad- und Wandertouren
- > Eine Unterkunft mit Tradition, erbaut um 1900
- > Badeseen und Blaubeeren, Elche und Biber
- > Naturreservat Glaskogen

Stand-up-Paddling (SUP) hat eine große Fan-Gemeinde. Wer gerne auf der Alster oder der Isar paddelt, auf dem Dümmer oder dem Müggelsee, ist auch in Schweden richtig. Ein See reiht sich an den anderen. Kleine Gewässer, mittlere und große, mit Sandstränden und flachen Felsen, die aus dem Wasser lugen. Meistens hat man die Seen für sich alleine. Hin und wieder steht ein rotes Haus am Ufer.



REISEDETAILS

1. Reisetag: Gewässer

Värmland ist reich an Gewässern. Und jeder See ist sjön (Sjön=See).

Der Glasfjorden liegt fast vor der Tür. Theoretisch könnte man auf dem See in Richtung Norden bis nach Arvika paddeln und im Süden bis zum Vänern-See, dem drittgrößten See Europas. Der kleine Badesee ist 1 km entfernt, der Stömneshjön 3 km, etwas weiter weg der Stora Lesjön, der Stora Gla, der ... Wir haben also zahlreiche Möglichkeiten und kennen die schönsten Buchten und Seen, nehmen uns aber auch Zeit für Neuentdeckungen.

2. Reisetag: Für wen geeignet

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sollten daheim mindestens 15-20 SUP-Ausflüge unternommen haben und ein eigenes Board mitbringen. Ein Touren-Board wäre perfekt, ist aber nicht zwangsweise erforderlich. Wir paddeln ca. 8-16 km am Tag, mit ausreichend Pausen, in denen wir picknicken, schwimmen und sonnenbaden. Das Programm wendet sich an fitte SUP-Paddler mit normaler Kondition, die das Board gut beherrschen und sicher steuern können. Jede/r pumpt sein Board selbst auf und sollte es auch 50 m zum Ufer tragen können, wenn wir mal keinen direkten Zugang haben.

Für Leute, die sehr zügig unterwegs sein möchten, ist die Tour aber nicht geeignet. Wir starten zusammen, paddeln zusammen und kommen zusammen an.

Wer mag, kann einen Pausentag einlegen und an geführten Wanderungen, Kanu- und Radtouren teilnehmen.

3. Reisetag: Stömnegården

Die um 1900 errichtete Dorfschule wurde aufwendig renoviert. Alle Zwei- und Vierbettzimmer haben ein Bad mit DU/WC erhalten. Der Charme der Jahrhundertwende und das rustikale Flair wurden jedoch erhalten, wie es sich für ein Haus in einer Naturregion gehört.

Im Erdgeschoss befinden sich die Küche und die großzügigen Gemeinschaftsräume. Eine kleine Sauna und die Zimmer liegen im Obergeschoss. Jedes Zimmer hat ein Motto, das an Schulfächer, wie Biologie und Musik, sowie berühmte schwedische Persönlichkeiten, wie Abba, L.M. Ericsson, Alfred Nobel, Astrid Lindgren, Selma Lagerlöf, Björn Borg und Carl von Linné erinnert.

Weitere Doppel- und Einzelzimmer, ebenfalls mit DU/WC, belegen wir in der Nachbarschaft, im „Weißen Haus“.

In der ehemaligen Turnhalle kann man Kickern, Darts spielen und an der Tischtennisplatte schnibbeln und schmettern. Auf dem ca. 5000 m² großen Gelände gibt es außerdem eine Feuerstelle, einen Beach-Volleyballplatz und gemütliche Sitzflächen im Freien auf Veranda und Terrasse. Das Haus ist umgeben von Wäldern, Wiesen, Gewässern und Feldern. Der See Glafs fjorden ist nur ca. 500 m entfernt.

4. Reisetag: Verpflegung

Im Stömnegården sind der Koch bzw. die Köchin für die Zubereitung der Mahlzeiten zuständig. Am Abend verwöhnen sie die Gäste mit Vor-, Haupt- und Nachspeise. Vom Frühstücksbuffet kann sich jede/r ein Lunchpaket zubereiten.

5. Reisetag: Bitte mitbringen

Aufblasbares SUP-Board, Paddel, Pumpe, Leash, wasserdichte Beutel, ggf. Spanngurte für kleines Gepäck auf dem Board, Rettungsweste bzw. Schwimmhilfe, Getränkehalter oder Trinkblase für unterwegs, geeignetes Schuhwerk (Wasserschuhe, alte Turnschuhe), Sonnenschutz-Hut/-Shirt/-creme.

Verlängerungswoche

Auf Wunsch kann die SUP-Woche auch mit den anderen Reisen in Värmland kombiniert werden: Haus-, Kanu-, Waldläufer- und/oder Seekajakwoche.

Beispiel: Preis für 1 SUP-Woche plus 1 Woche im Aktivcenter Stömne pro Person: 1.849,-€ inkl. Busanreise.

Klima-Bonus: Unsere Teilnehmerinnen und Teilnehmer hinterlassen einen sehr kleinen ökologischen Fußabdruck, da wir meistens zu Fuß, per Kanu und mit dem Fahrrad unterwegs sind. Hinzu kommt die umweltfreundliche Busanreise mit einem sehr geringen CO2-Verbrauch. Bei einem längeren Aufenthalt, was sowieso zu empfehlen ist, wird die Bilanz noch besser. Das möchten wir belohnen und berechnen deshalb bei der Buchung von zwei oder drei Wochen lediglich 281 Euro (statt 320 Euro) für die Busanreise.

Anreise

Busanreise

Mitfahrgelegenheit in unserem Reisebus am Freitag ab Münster (15:00) und Hamburg (19:00). Kurz nach 21:00 Uhr nehmen wir schon die Fähre von Puttgarden nach Rødby (Dänemark). Die Überfahrt dauert ca. 45 Minuten. Bis zum Hafen in Helsingør fährt der Bus wieder nur ca. zwei Stunden. Dort nehmen wir die Fähre nach Helsingborg (ca. 20 Minuten). Wir sind also schon um kurz nach Mitternacht, mit entspannten Pausen auf den Fähren, in Schweden. Ankunft am Samstagmorgen in Stömne um ca. 09:00 Uhr. Rückfahrt am Samstagabend mit Ankunft in Hamburg am Sonntagmorgen (ca. 10.00 Uhr) und in Münster (ca. 14:00 Uhr).

Fluganreise/Fähranreise via Oslo

Ab Oslo Busbahnhof fährt am Samstagmorgen ein Flixbus um 08:00 Uhr Richtung Karlstad/Stockholm, also von Norwegen nach Schweden. Die Fahrt mit dem Flixbus dauert nur 2 Stunden und 25 Minuten. Wir organisieren Transfers ab/bis Haltestelle „Knöstad“ an der E 18 (15 Euro pro Strecke pro Person). Auf der Rückreise wäre man um ca. 15:25 Uhr wieder am Busbahnhof in Oslo (Abfahrt Knöstad 13:00 Uhr). Je nach Flugzeit oder Fährfahrt müsste man Zusatz-Übernachtungen in Oslo buchen.

Anreise via Stockholm

Stömne erreicht man ab Stockholm mit öffentlichen Verkehrsmitteln in ca. 5-7 Stunden und mit nur 1 Umstieg (Zug bis Arvika oder Säffle, Linienbus bis Stömne) erreichbar. Anreise eher freitags mit Zusatzübernachtung im Mietzelt.

Freitags verkehrt von Stockholm auch ein Flixbus bis Haltestelle "Knöstad". Abfahrt in Stockholm um 11:30 Uhr mit Ankunft in Knöstad um 16:30 Uhr. Eine Zusatzübernachtung von Freitag auf Samstag ist dann erforderlich. Inkl. Mietzelt, Abendessen und Frühstück: 49 Euro pro Person. Die Rückreise ist am Samstag mit dem Flixbus ab Knöstad möglich. Ab Knöstad 10:25 Uhr, an Stockholm City 15:25 Uhr. Transfer zur Haltestelle: 15 € pro Person.

PKW-Anreise

Gerne sind wir bei der Buchung von Fähren nach Schweden behilflich. Auf einer Freifläche neben dem Stömnegården stehen kostenfreie Parkplätze zur Verfügung.

TERMINE UND PREISE			
von	bis	Plätze	Preis in €
30.06.2023	09.07.2023	X	1.039 €
07.07.2023	16.07.2023	X	1.039 €
14.07.2023	23.07.2023	X	1.039 €

Viele = ✓ Wenige = ! keine = X

LEISTUNGEN

- > Busanreise und Fährrüberfahrten (Puttgarden-Rödby, Helsingör-Helsingborg) oder Eigenanreise (wie gebucht)
- > Materialtransport (Boards, Paddel, ...) bei Busanreise
- > 7 Nächte Unterkunft im Zwei- oder Vierbettzimmer mit Du/WC
- > Frühstücksbuffet mit Lunchpaketmöglichkeit
- > Abendessen
- > 5-6 geführte SUP-Touren pro Woche
- > Möglichkeit zur Teilnahme am Programm des Aktivcenters
- > Kanu- und Fahrradnutzung
- > Saunamöglichkeit
- > deutschsprachige Reiseleitung

ZUSATZLEISTUNGEN

- > Aufpreise Zweibettzimmer pro Pers./Woche (98 €)
- > Buszustieg Münster (Freitag 15:00 Uhr) (0 €)
- > Buszustieg Hamburg (Freitag 19:00 Uhr) (0 €)
- > Transfer bis Knöstad ab Camp (Sa, 9:15 Uhr) (15 €)
Passend auf den Flixbus um 09:15 Uhr nach Oslo bzw. um 10:15 Uhr bis Stockholm.
- > Transfer ab Knöstad ins Camp (Fr, 18:35 Uhr) (15 €)
Passend auf den Flixbus ab 13:30 Uhr von Stockholm nach Knöstad.
- > Transfer ab Knöstad ins Camp (Sa, 10:15 Uhr) (15 €)
Passend auf den Flixbus ab 8:00 Uhr von Oslo nach Knöstad.
- > Vegetarisch (0 €)
- > Vegan (0 €)

TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 4

Maximalanzahl von Personen: 7

ZAHLUNGSMODALITÄTEN

- > Höhe der Anzahlung in Prozent des Reisepreises: 20%
- > Fälligkeit der Restzahlung: 21 Tage vor Reisebeginn
- > Sofern bei der Reise eine Mindestteilnehmerzahl ausgeschrieben ist, ist bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl ein Rücktritt vom Reisevertrag seitens des Veranstalters bis spätestens 21 vor Reisebeginn möglich.
- > Mit Vertragsabschluss und Erhalt der Bestätigung/Rechnung wird eine Zahlung in Höhe des Reisepreises zwei Tage nach Reiseende fällig. Maßgeblich für die Rechtzeitigkeit der Zahlung ist deren Gutschrift beim RV. Die Fälligkeit der Zahlung ergibt sich auch aus der Reisebestätigung.

WEITERE INFOS

Programmhinweise

- > Mindestalter: ab 18 Jahren

Alle Fragen zur Ausschreibung beantwortet Ihnen der jeweilige Veranstalter unter den oben aufgeführten Kontaktdaten, der für die Angaben und Informationen zur Reise verantwortlich ist.