

PRATICAMENTE... ISOLE LOFOTEN-NORVEGIA

COME ARRIVARE

In aereo

La compagnia low-cost Norwegian collega gli aeroporti di Milano Malpensa e Roma Fiumicino all'aeroporto di Harstad-Narvik (situato a circa a 167 km da Svolvaer) con scalo ad Oslo Gardæmon. www.norwegian.com

In alternativa la compagnia Wideroe effettua collegamenti tra Oslo Gardæmon e Harstad-Narvik o Bodø e tra Bodø e Svolvaer, Leknes, l'isola di Røst, e i due aeroporti di Stokmarknes e Andenes situati nel vicino arcipelago delle Vesterålen. www.wideroe.no

In treno

Arrivare in treno da sud nel circolo polare artico potrebbe rivelarsi un'esperienza unica e fuori dall'ordinario che ripagherà ampiamente la lunghezza del viaggio.

In treno è possibile raggiungere Narvik da Stoccolma o Bodø da Oslo.

Attraverso il territorio norvegese la Nordland Railways corre tra Trondheim e Bodø, toccando Grong, Mo i Rana e Fauske. Per i collegamenti Oslo-Trondheim e Trondheim-Bodø consultate il sito delle ferrovie norvegesi: <http://www.nsb.no>

L'itinerario svedese per Narvik sul "Lapland train" da Stoccolma include tra le tappe Umeå, Luleå, Boden, Kiruna e Abisko offrendo in particolare nell'ultimo tratto sul confine tra Svezia e Norvegia dei panorami mozzafiato, correndo sulla storica ferrovia Ofotbanen costruita alla fine del XIX secolo per collegare Narvik alle miniere di ferro di Kiruna. <http://www.connex.se>

In nave

La compagnia di traghetti Torghatten effettua collegamenti tra Bodø e Moskenes in circa 3 h e 30', prezzo 174 NOK per adulto. Il servizio è inoltre adibito a trasporto di vetture. Sul sito è possibile consultare orari estivi e invernali e prenotare i biglietti. <http://www.torghattennord.no/>

La compagnia storica Hurtigruten collega invece Bodø a Svolvaer in 6 ore circa, (prezzo 50 euro per adulto) e Stamsund in 4 ore (48 euro), entrambe con possibilità di prenotare una cabina per un prezzo superiore. <http://www.hurtigruten.com>

COME MUOVERSI

Sull'arcipelago è possibile muoversi senza mezzi privati o a noleggio usufruendo della sviluppata rete di autobus che collegano le isole alle Vesterålen (Melbu, Stokmarknes, Sortland), alla terraferma (Narvik, aeroporto di Harstad-Narvik) e le diverse località delle Lofoten. Sul sito <http://www.177nordland.no> è possibile consultare orari, itinerari (Rutehefter), e prezzi di autobus e battelli.

Per noleggiare un'auto sono diverse le compagnie in loco dai cui siti web è possibile prenotare una vettura prima del vostro arrivo. Per il noleggio è sufficiente la patente di guida italiana e una carta di credito non ricaricabile (prima della partenza è consigliabile verificare il massimale della carta in vista della caparra). Un consiglio utile per evitare sorprese è quello di informarsi bene in agenzia di noleggio se sono previsti costi aggiuntivi rispetto a quelli specificati nel

contratto in caso di superamento del chilometraggio previsto o di check-out fuori orario.

<http://www.rentacar-lofoten.com> a Svolvaer; <http://www.avis-lofoten.com> a Svolvaer (centro ed aeroporto), Stamsund (porto) e Leknes (aeroporto); <http://www.hertz.no> a Evenes (aeroporto Harstad-Narvik), Harstad, Svolvaer (centro ed aeroporto), Leknes; <http://www.europcar.it> a Evenes aeroporto, Leknes (aeroporto), Svolvaer (aeroporto), Bodo (aeroporto), Narvik (aeroporto).

CLIMA E LUCE

A dispetto dell'immaginario comune sulle latitudini artiche, il clima delle Lofoten è meno rigido di quanto si possa pensare. Merito della Corrente del Golfo che rende le temperature medie molto più miti rispetto a località collocate alle stesse latitudini. Le temperature diurne si aggirano tra i -6°C e i 3°C in inverno e i 14°-20°C in estate. Il clima è in generale mutevole con frequenti nevicate in inverno e alternanza di pioggia e sole in primavera-estate.

<http://www.yr.no/place/Norway/Nordland/Flakstad/Lofoten/>

Per quanto riguarda il fattore luce, in inverno il sole rimane al di sotto dell'orizzonte nelle cosiddette notti polari solamente dai primi giorni di dicembre fino alla prima settimana di gennaio, mentre a metà febbraio il sole sorge intorno alle 8:30 e tramonta intorno alle 16:15 rimanendo a metà orizzonte e dipingendo il paesaggio dei colori e dell'atmosfera magiche di un'eterna alba.

Da fine maggio a metà luglio è invece possibile ammirare il famoso fenomeno del sole di mezzanotte quando il sole è visibile al di sopra dell'orizzonte 24 ore su 24. Per un'indicazione più precisa delle ore di alba e tramonto: <http://codyduncan.com/blog/2012/02/lofoten-islands-winter-days/>

COME RISPARMIARE

Nonostante il cambio relativamente favorevole (1 euro equivale a circa 7,46 NOK, cambio a Febbraio 2013), l'elevato costo della vita può rappresentare un duro colpo al vostro budget di viaggio. Per questo consigliamo di fare provviste nei ben forniti supermercati che incontrerete lungo il tragitto dove è tra l'altro possibile gustare diverse specialità locali acquistabili nella zona gastronomia a prezzi sicuramente più ragionevoli rispetto a quelli dei ristoranti. Esistono diversi supermercati e centri commerciali nelle città più grandi come Svolvaer e Leknes (Rimi, Coop mega, Bunnpris) ma anche in alcuni centri più piccoli come Moskenes (Joker), Reine (Coop), Henningsvaer (Joker), Borg (SPAR). Altra opzione consigliabile è quella di infilare in valigia o nello zaino anche qualche provvista da casa che occupi poco spazio (zuppe, primi liofilizzati, barrette di cioccolato e biscotti), sia sostanziosa e all'occorrenza sia di consolazione al viaggiatore messo a dura prova dalle temperature polari e soprattutto dagli elevati prezzi norvegesi.

SALUTE E ASSISTENZA SANITARIA

Nel caso aveste bisogno di acquistare un farmaco mentre siete alle Lofoten, potrebbe essere necessario viaggiare per diversi km prima di trovare una farmacia (Apotek). Le poche farmacie presenti nell'arcipelago si trovano infatti a Leknes, Svolvaer o a Stamsund. In alternativa, alcuni supermercati dispongono di un banco farmaci generici vicino alle casse (per esempio la Coop di

Reine)· In caso di emergenze, è invece possibile chiamare il 113 o il numero (+47)76083999 per fissare un appuntamento con la guardia medica· In alternativa il moderno e rasserenante ospedale Nordlandssykehuset Lofoten si trova nella cittadina di Gravdal, a pochi km da Leknes e Ballstad·

Per usufruire dell'assistenza medica gratuita (salvo l'eventuale pagamento del ticket, pari a circa 30 euro per una visita e analisi del sangue) per i cittadini dei paesi membri dell'unione europea è sufficiente esibire la tessera sanitaria europea (TEAM) rilasciata in Italia dall'ASL· Attenzione solo agli orari di apertura invernali dello sportello di accettazione dell'ospedale (dalle 7·30 alle 15·00)·e a quelli delle visite mediche (dalle 16·00, salvo urgenze)

IDEE LOW COST PER ALLOGGIARE (PREZZI 2013)

CITTÀ	STRUTTURA	TIPO ALLOGGIO	PREZZO	APERTURA
Bogen (14 km da aereoporto Evenes Harstad-Narvik)	Evenesfjordhotell http://www.eveneshotel.no/	Camere con colazione a buffet	<u>Single</u> : 795 NOK <u>Double</u> :895 NOK <u>Triple</u> : 1195 NOK <u>Family</u> : 1250 NOK	Tutto l'anno
Henningsvaer	Heimgårdsbrygga http://www.heimgar dsbrygga.no/	Camere in appartamento con cucina in comune (o in camera) e bagno	<u>Doppia</u> : 700 NOK <u>x 4 pers</u> ·: 800-1000 NOK <u>x 5 pers</u> ·: 1200 NOK <u>Biancheria</u> : 75 NOK/per	Tutto l'anno
Å	Å-Hamna Rorbuer http://www.lofotenferie.com/	Rorbuer (cassette rosse dei pescatori) o stanza nel Museo dello stoccafisso	<u>Rorbu</u> tra 900-1300 NOK <u>Camera in museo</u> : <u>single</u> : 230 NOK <u>double</u> : 470 NOK <u>family</u> : 720 NOK <u>Biancheria</u> : 100 NOK/pers Possibilità di sconti in inverno	Tutto l'anno
Sørvågen	Å-Hamna Rorbuer http://www.lofotenferie.com/	Rorbuer	<u>Rorbu</u> tra 650-1000 NOK <u>Casa estiva</u> : 900-950 NOK Possibilità di sconti in inverno	Tutto l'anno
Reine	Eliassen Rorbuer http://www.rorbuer.no	Rorbuer o Ostello	<u>Rorbu</u> tra 790-1050 NOK in <u>bassa stagione</u> ; <u>Rorbu</u> tra 990-1590 NOK in <u>stagione estiva</u> ;	Tutto l'anno (Ostello solo in

			Rorbu tra 1190-1790 NOK in <u>alta stagione</u> ; <u>Camera in ostello</u> : <u>Single</u> :300 NOK <u>Double</u> :450 NOK	stagione estiva)
Ballstad	Ballstad Hostel http://www.hihostels.com/dba/hostels-Ballstad-042149-en-htm	Ostello	<u>Dormitorio</u> : 240 NOK <u>Single</u> :400-450 NOK <u>Double</u> :480-520 NOK <u>X4pers</u> : 760 NOK	Tutto l'anno
Stamsund	Lofoten Hostel Stamsund http://hihostels.no/vandrerhjem/lofoten-vandrerhjem-stamsund/	Ostello (camere con bagno e cucina in comune)	<u>Single</u> : 325 NOK <u>Double</u> : 460 NOK <u>Triple</u> : 600 NOK <u>Family</u> : 600 NOK <u>Biancheria</u> : 10+90 NOK	01/03- 15/10
Kabelvåg	Lofoten Hostel Kabelvåg http://hihostels.no/en/hostel/kabelvag-hostel/	Ostello (camere private o in dormitorio, colazione e biancheria inclusa, cucina in comune)	<u>Dormitorio</u> : 265 NOK <u>Single</u> : 485 NOK <u>Double</u> :650 NOK <u>Double con bagno privato</u> : 980 NOK <u>Family</u> : 950 NOK <u>Family con bagno privato</u> : 1530 NOK	01/06- 09/08

