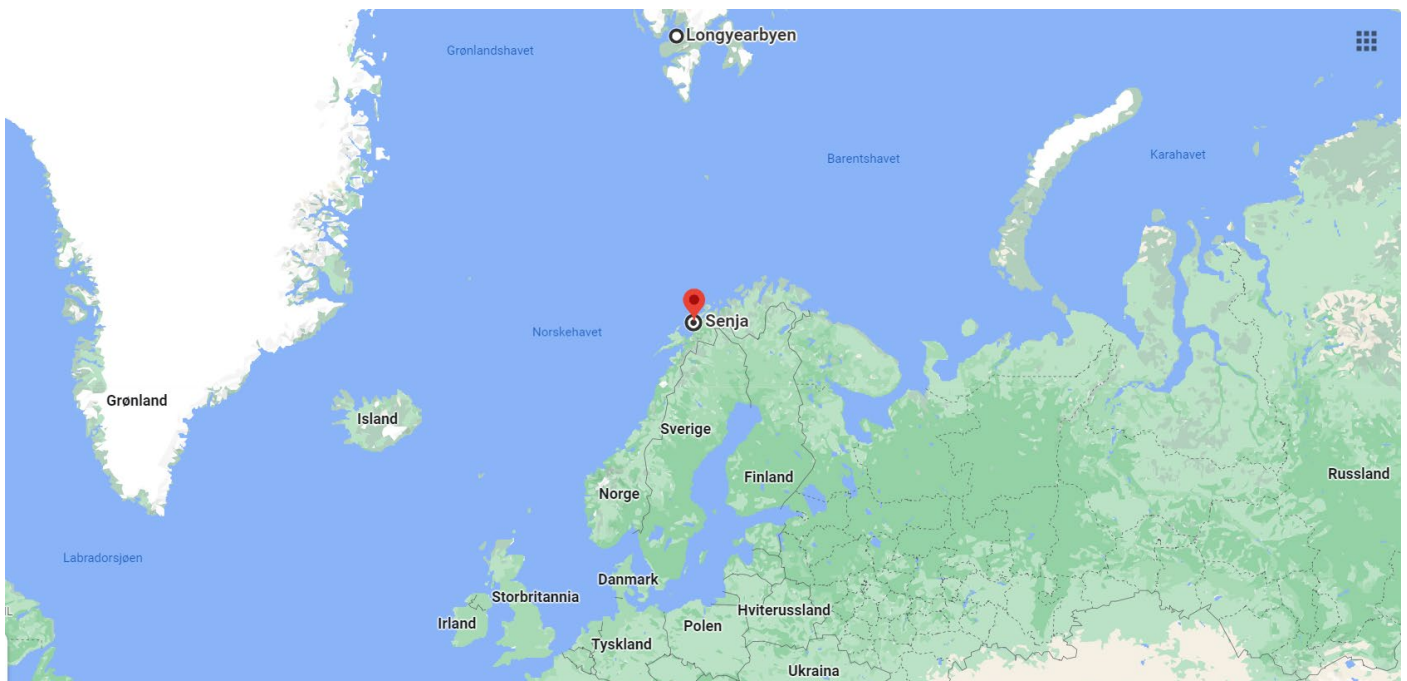




PROFILGRUPPA

Island

Studietur 18-22. september 2022



SØNDAG 19. SEPTEMBER

Bagasjeregler ihht flybillettene: alle har anledning til å ta med seg 1 håndbagasje (max 10 kg) og 1 bagasjekolli (max 23 kg)

15:00 NORSK TID	Seineste oppmøte og innsjekk Langnes Lufthavn, Tromsø		
16:30 NORSK TID (flytid 1 t 50 min)	Flyavgang fra Tromsø	SAS rute SK 4423	Ref TVS53G
18:20 NORSK TID	Ankomst Gardermoen (her må vi ta ut bagasjen og sjekke den inn på nytt, fordi SAS og Icelandair ikke samarbeider på tilslutninger)		
20:30 NORSK TID	Seineste oppmøte og innsjekk på utenlandsdelen Gardermoen		
22:30 NORSK TID (flytid 2 t 50 min)	Flyavgang fra Gardermoen	Icelandair rute FI 325	Ref TVFG8H
23:20 ISLANDSK TID	Ankomst Keflavik Airport		
23:30 ISLANDSK TID	Busstransport Keflavik – Reykjavik (52 km – 50 min kjøretid)		
00:20 ISLANDSK TID	Ankomst Reykjavik		

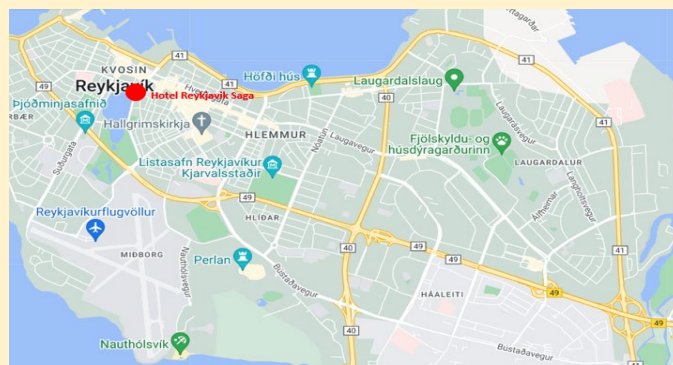
00:30

Innsjekk *Hotel Reykjavik Saga*, Lækjargata 12

Hotel Reykjavik Saga er et splitter nytt hotell som åpnet i juli 2022. Perfekt lokalisert i den historiske Lækjargata ved innsjøen Tjörninn i sentrum av Reykjavik, med gangavstand til det meste av severdigheter og et stort utvalg kafeer, barer, restauranter og butikker



Hotellens restaurant er ikke ferdigstilt og frokost serveres derfor i teaterkaffen Iðnó, som ligger vis a vis Hotel Reykjavik Saga

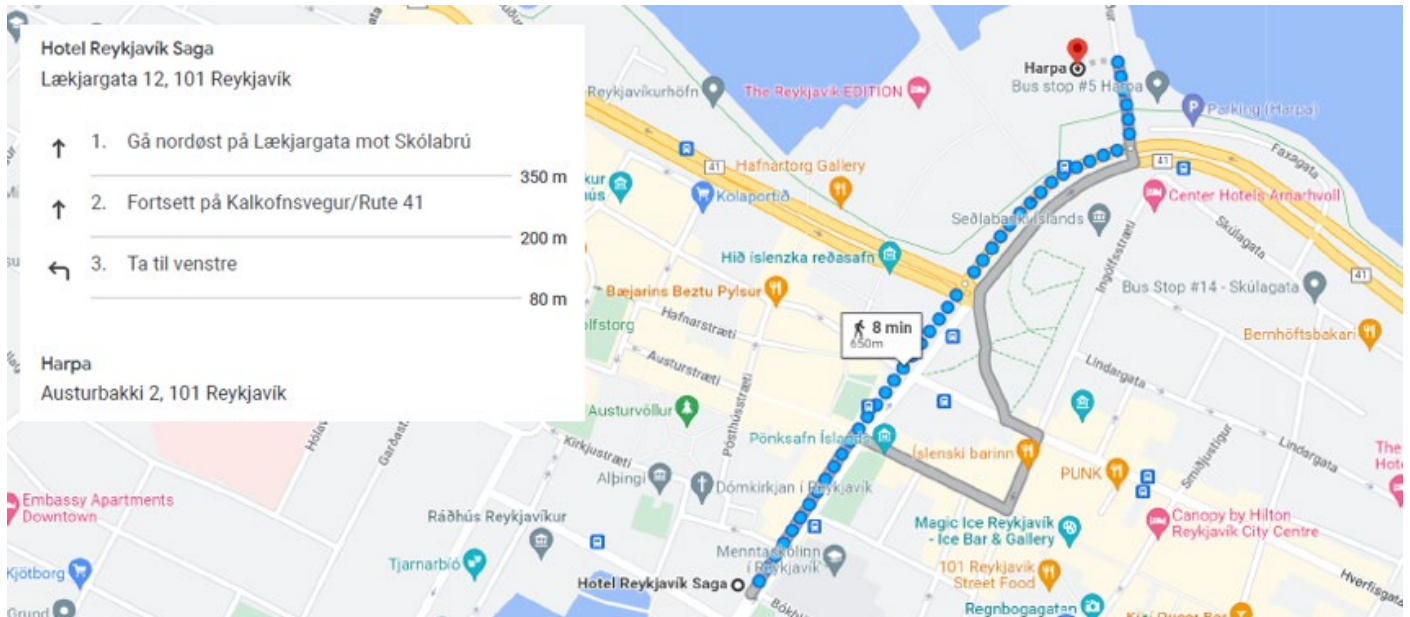


Telefonnummer til hotellet er +354 514 5000

MANDAG 19. SEPTEMBER

07:00 – 10:00

Frokost serveres i teaterkafeen Iðnó, like over gata fra hotellet



10:00 10:45

Besøk og omvisning på *Harpa* Konserthus, Austurbakki 2

Med sin karakteristiske fasade i stål og glass er konserthuset Harpa blitt et landemerke i Reykjavik, etter at det sto ferdig i 2011. Harpa er designet av det danske arkitektkontoret Henning Larsen Architects i samarbeid med kunstneren Olafur Eliasson, og bygget har vunnet flere priser både for sin arkitektur og som konserthus. Harpa blei bygd midt under finanskrisen og er signaturprosjektet til den Islandske entreprenøren IAV.

Vår kjentmann på Harpa vil være **Baldvin** (+354 849 9790) <https://harpa.is>



11:00 12:30 Miniseminar - *Islandske næringsaktører med relasjon til Norge*



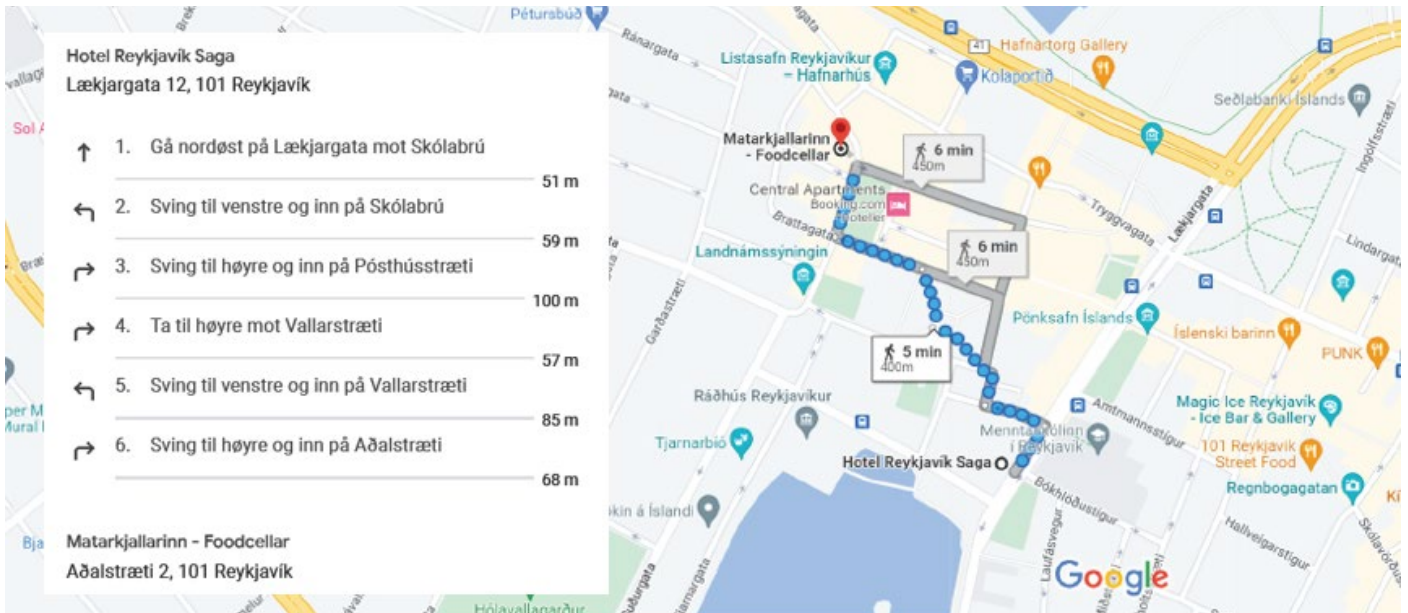
De fleste har fått med seg at Finnfjord, Statkraft og CRI (Carbon Recycling International) planlegger en metanolfabrikk i Finnfjordbotn. Men hvem er egentlig CRI, hva driver de med og hvorfor vil de bygge Europas største metanolfabrikk akkurat i Finnfjordbotn? <https://www.carbonrecycling.is>



Bygg og anleggsentreprenøren IAV (Íslenskir aðalverktakar) har deltatt i utbygginga av viktig infrastruktur på Island siden 50-tallet. De har et imponerende repertoar og tar mål av seg å ha Island og Norge som sitt hovedmarked. <https://www.iav.is>



Det fins en sjømatklynge på Island også. Eller en havklynge, for å være mer nøyaktig. Den heter Sjávarklasinn og jobber for å skape samarbeid og koblinger – og dermed nye muligheter - mellom ulike aktører knyttet til havrelaterte næringer. <https://www.sjavarklasinn.is>



12:30

Lunsj på Matarkjallarinn, Aðalstræti 2



FOOD
CELLAR
MATAR
KJALLARINN



Vår første islandske lunsj blir på Matarkjallarinn, som er en velrennomert Grill- og Cocktailbar lokalisert i kjelleren på en 160 år gammel bygning. «...the Food Cellar is an experience that puts food in your body and music in your soul..» <https://matarkjallarinn.is>

14:00

Bussavgang fra Bus-stop 2 Tjörninn (samme stopp som vi kom av flybussen)

14:15

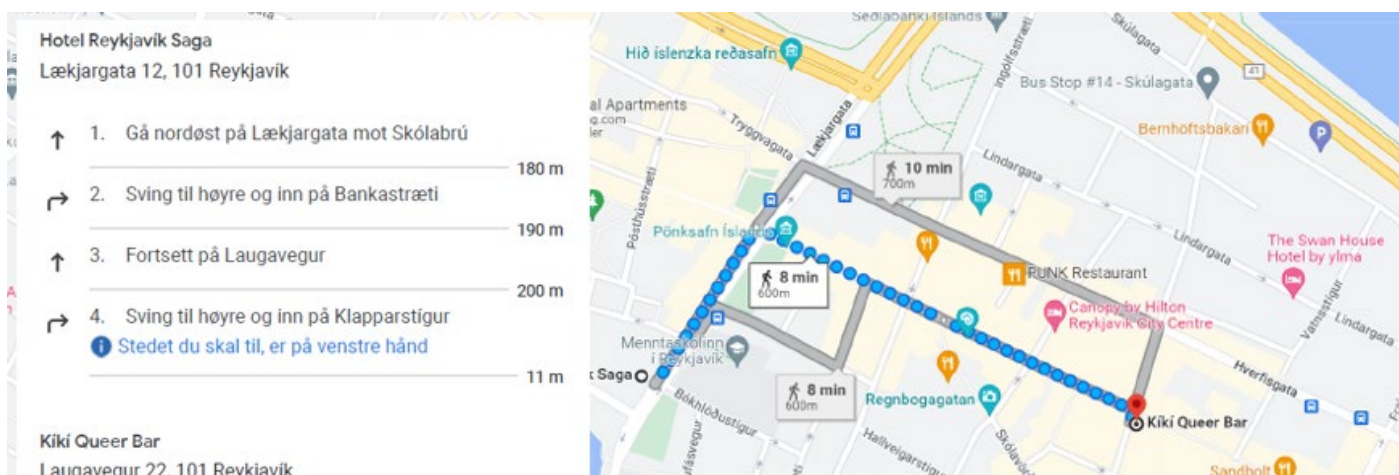
Ankomst Sky Lagoon

14:30 1600 Sky Lagoon, Vesturvör 44-48 Kópavogur

Islendingene bader mye, og det må også Profilgruppa. Det nyeste anlegget ligger i utkanten av Reykjavik og heter Sky Lagoon. <https://www.skylagoon.com>



16:15	Bussavgang fra Sky Lagoon
16:30	Ankomst Bus-Stop 2



17:00 19:00 An introduction into the icelandic nightlife and cultur....

Guide, bar-eier og teaterdirektør **Árni Grétar Jóhannsson** og **Ragnar** - hans kollega fra Pink Iceland - tar Profilgruppa med på en grunnleggende introduksjons- og smaksrunde i den islandske mat-, drikke -, fest- og musikkulturen. Hva og hvordan drikker egentlig islendingene? Lever Reykjavik opp til forventningene om å være den ultimate party-byen? Og visste du forresten at det var øl-forbud på Island fram til 1989? Og at Eurovision Song Contest får islendingene til å gå helt av skafet? **Oppmøte kl. 17:00 på Kiki Queer Bar i Laugarvegur 22.** <https://www.pinkiceland.is>



19:30

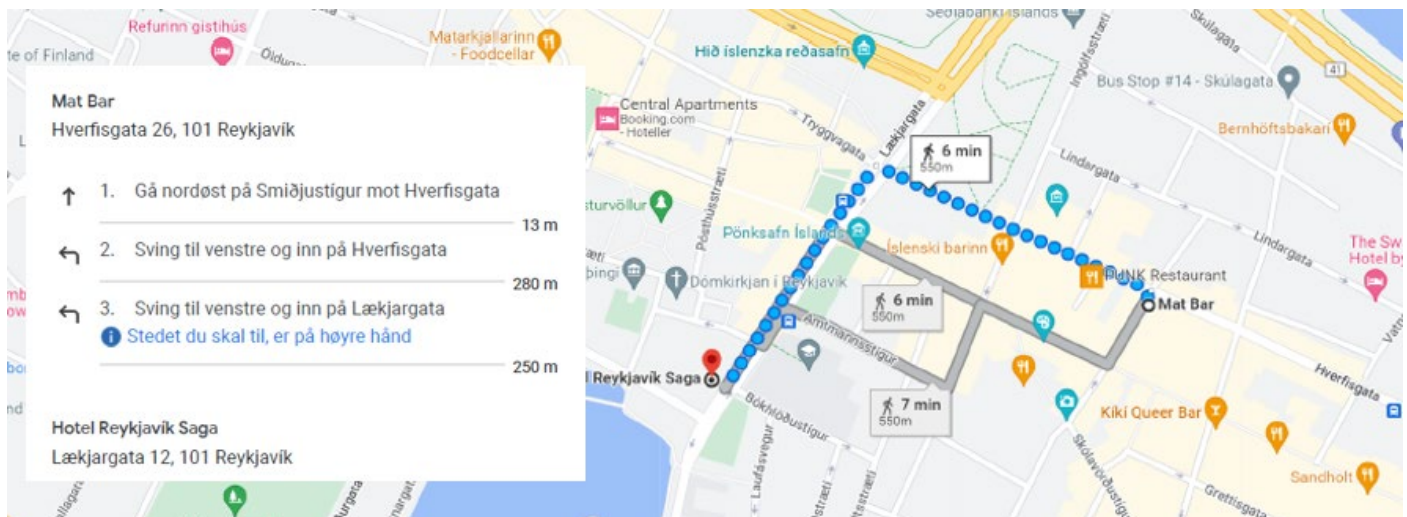
Middag på *Matbar* i Hverfisgata 26



Matbar er en trendy liten sak. En kokkedrevet restaurant og bar midt i hjertet av Reykjavik, som Profilgruppa får æren av å ha helt for seg selv på en mandags kveld. Her kombineres cocktails og vin med tapas fra Midt-Østen, nordiske mattradisjoner og *the simplicity of Italian cuisine*. Det er bare å glede seg.

<https://www.matbar.is>

OG HER ER VEIEN HJEM 😊



TIRSDAG 20. SEPTEMBER

07:00 – 10:00

Frokost serveres i teaterkafeen Iðnó, like over gata fra hotellet

09:15

Bussavgang fra Bus-stop 2 Tjörnin

09:15 19:00 Besøksrunde langs The Golden Circle - *Turist med en tvist*

Denne dagen kjører vi sør-østover, langs den mest kjente turistruta på Island – kjent som The Golden Circle. Men Profilgruppa skal slett ikke være bare turister, vi satser selvfølgelig på å få med oss en rekke interessante bedriftsbesøk. Og best av alt er at vi får med oss **Ásbjörn Björgvinsson** (+354 891 9820) som vår gjest og lokale kjentmann på turen. Abbi er en nestor i turistnæringa på Island, hvor han gjennom tre tiår har vært tungt involvert i oppbygging og strategisk utvikling av reiselivet.



10:00 *Hellisheiði Geotermiske Kraftverk, Hellisheiðarvirkjun, Hengill*

For å forstå mer av den unike energisituasjonen på Island, vil Profilgruppa besøke Hellisheiði som er Islands største – og også et av verdens største – geotermiske kraftverk. Verket er lokalisert til Hengill 20 km utenfor Reykjavik, i en stor geotermisk sone som er knyttet til tre ulike vulkansystemer. Hellisheiði eies og drives av kraftselskapet *ON Power*, som er et datterselskap av *Reykjavik Energy*. Produksjonskapasiteten er 300 MW elektrisitet og 400 MW termisk energi og anlegget har derfor en 19,5km lang rørledning som frakter varmt vann til Reykjavik. <https://www.on.is>



11:30 *Friðheimar Gård, Reykholti, Bláskógabyggð*

Familiegården Friðheimar har de siste årene utviklet seg fra å være Islands største tomat-produzent til å bli en av landets største attraksjoner med over 200 000 besøkende hvert år. Her vil Profilgruppa få en introduksjon i hvordan drivhusproduksjon av ett tonn tomater per dag, muliggjøres gjennom bruk av geotermisk energi. På gårdens tilhørende restaurant og butikk dreier det meste seg om tomater, men som en attåtning har familien valgt å satse på Islandshest, så vi skal på hesteshow! <https://www.fridheimar.is>



13:00

Flúðasveppir, Flúða-Jörfi og Farmers Bistro, Fludir

Islands eneste sopp-farm ligger i Flúðir, et sted som er kjent for sitt varme og stabile klima. På Flúðasveppir høstes det 11 tonn med sopp hver eneste uke og på gården Flúða-Jörfi høstes det i tillegg nærmere 400 tonn i året med kål, gulrøtter, blomkål, brokkoli, paprika og tomater. Også her er reiselivsdelen tungt integrert i gårdsdriften og Profilgruppa tester ut den svært kortreiste lunsjen på Flúðasveppirs restaurant Farmers Bistro <https://farmersbistro.is>



Severdigheter langs veien..... Gullfoss og Strokkur Geysir



Gullfoss



Strokkur Geysir



Þingvellir nasjonalpark

16:00

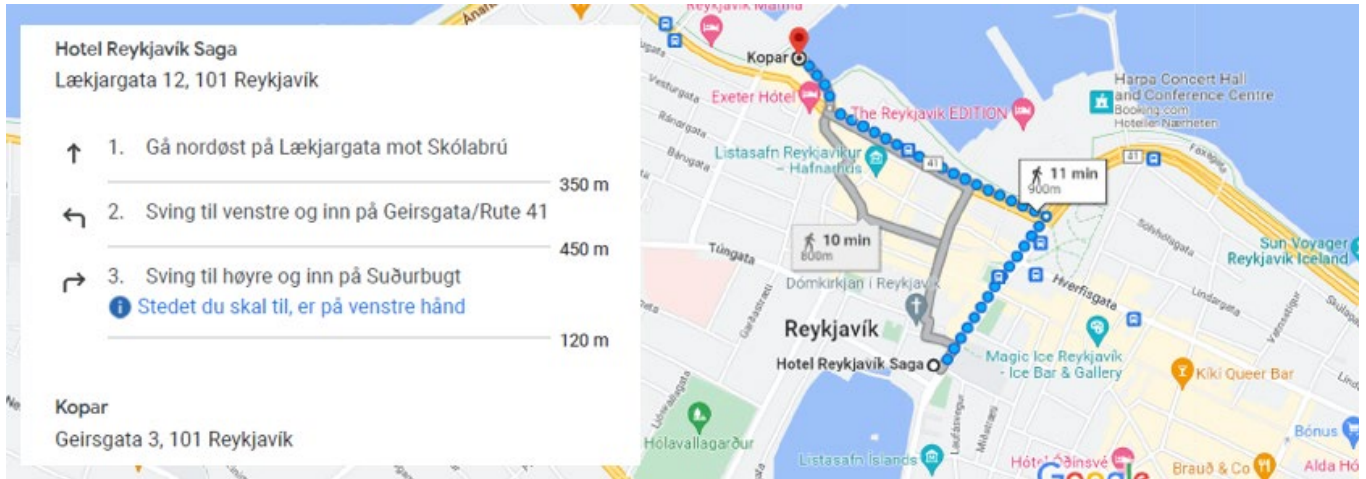
Laugarvatn Fontana, Laugarbraut

Å bade i varme kilder er et absolutt must, når Profilgruppa besøker Island. Vi vil derfor forsøke å bade minst en gang per dag, også på vår rundreise sør-østover.



19:00

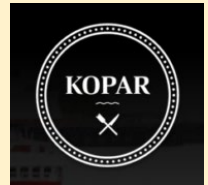
Ankomst Bus-stop 2 Tjörnin



20:00

Middag þá Kopar Restaurant, Geirsgata 3

Efter en lang og innholdsrik dag ónskes vi velkommen til Kopar Restaurant som ligger flott til i den gamle havna i Reykjavik og gir oss en spektakulær utsikt under middagen. Her skal vi nyte et utsøkt måltid hvor moderne mat m0ter 100 ár gamle islandske mattradisjoner. <https://koparrestaurant.is>



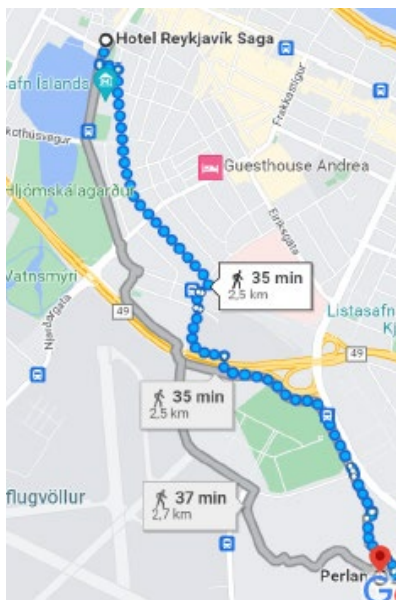
ONSDAG 21. SEPTEMBER

07:00 – 10:00

Frokost serveres i teaterkafeen Iðnó, like over gata fra hotellet

Hotel Reykjavik Saga
Lækjargata 12, 101 Reykjavik

- ↑ 1. Gá s0rvest þá Lækjargata mot Vonarstræti 83 m
- ← 2. Ta til vinstri ved Frikkirkjuvegur
Ta trappen 66 m
- 3. Sving til hægri og inn þá Laufásvegur 900 m
- ↗ 4. Svakt til hægri og inn þá Gamla Hringbraut 14 m
- ← 5. Sving til vinstri og inn þá Laufásvegur 57 m
- ← 6. Sving til vinstri og inn þá Vatnsmýrarvegur 16 m
- 7. Ta til hægri 250 m
- 8. Ta til hægri 650 m
- ↑ 9. Fortsett þá Hitaveitustokkur
Ta trappen



10. Ta fotgjengerovergangen
Ta trappen
- ↗ 11. Hold til hægri for á holde deg þá Hitaveitustokkur 9 m
- ↖ 12. Hold til vinstri for á holde deg þá Hitaveitustokkur 13 m
- ← 13. Ta til vinstri mot Hitaveitustokkur 140 m
- 14. Ta til hægri mot Hitaveitustokkur 6 m
- ← 15. Sving til vinstri og inn þá Hitaveitustokkur 35 m
- ↗ 16. Hold til hægri 180 m
- 17. Ta til hægri 48 m
- ← 18. Ta til vinstri 13 m
Stedet du skal til, er þá hægri h0nd

Perlan, Öskjuhlíð

I 1991 fikk daværende ordfører i Reykjavík, Davíð Oddsson, reist et bygg på toppen av Öskjuhlíð-høyden med utgangspunkt i 6 gigantiske vanntanker som sto der fra før. Det fantastiske byggverket fikk navnet Perlan, fra den skinnende glasskuppelen som er plassert på toppen de sylinderra vanntankene. Perlan er i dag det mest kjente landemerket i Reykjavík, og huser spektakulære utstillinger knyttet til Islandsk natur og kultur, i tillegg til en roterende restaurant på toppen med byens beste utsikt. <https://www.perlan.is> Åpningstider: 10:00 – 21:00

Profilgruppa har billetter til alle utstillinger og aktiviteter som skjer i Perlan, og denne billetten kan benyttes hele onsdagen, uansett tidspunkt og uansett hvor lenge man ønsker å være der.

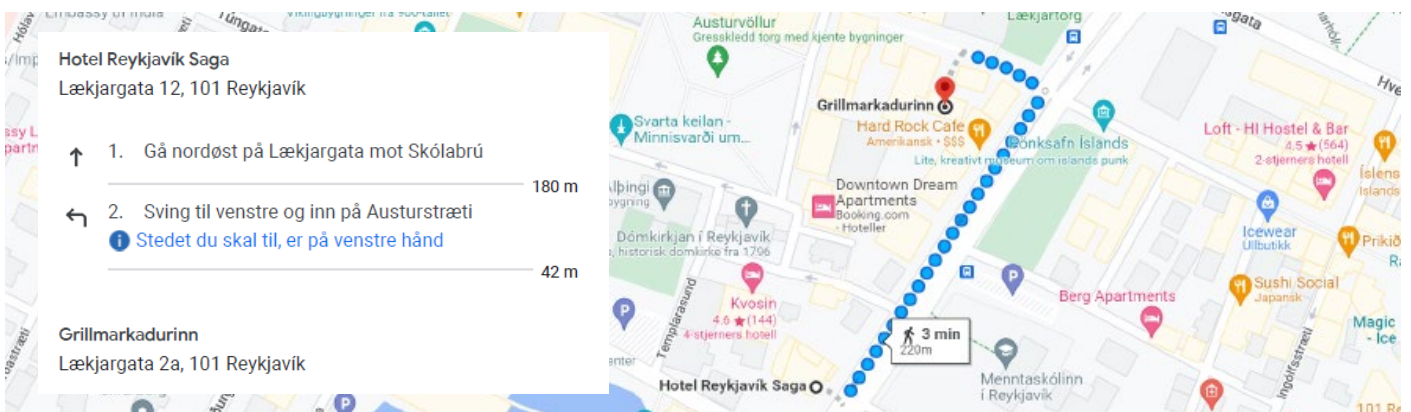


13:00 Lunsj på Perlan Restaurant



Vi møtes til felles lunsj på restaurant Perlan kl.

14:00 20:00 Shopping og fritid Se vedlagt info fra Din Islandsreise 😊



20:00

Middag på Restaurant Grillmarkaðurinn, Lækjargata 2a

Finalemiddagen for Profilgruppas jubileumstur finner sted på en av Islands beste restauranter; Grillmarkaðurinn, som ligger like nedi gata fra hotellet. Grillmarkaðurinn er 100% islandsk, både i design, stil og matlaging, og er kjent for sine utsøkte råvarer og sitt nære samarbeid med islandske bønder. <https://www.grillmarkadurinn.is>



TORSDAG 22. SEPTEMBER

05:15 ISLANDSK TID	Bussavgang fra Bus-stop 2 Tjörninn		
06:30 ISLANDSK TID	Seineste oppmøte og innsjekk Keflavik Airport		
08:35 ISLANDSK TID (flytid 2 t 40 min)	Flyavgang fra KEF	Norwegian rute DY1171	Ref TY3MOX
<i>13:15 NORSK TID</i>	Ankomst Gardermoen (her flyr vi Norwegian hele veien, så vi trenger ikke hente bagasjen og sjekke den inn på nytt)		
	Ventetid Gardermoen 1 t 45 min		
<i>15:00 NORSK TID</i> (flytid 1 t 55 min)	Flyavgang fra GDM	Norwegian rute DY378	Ref TY3MOX
<i>16:55 NORSK TID</i>	Ankomst Langnes Lufthavn, Tromsø		

VIKTIG! PROFILGRUPPAS REGLER FOR FOTOGRAFERING OG POSTING AV BILDER OG TEKST PÅ SOSIALE MEDIER:

1. **Ikke ta bilder** av noen medreisende uten å spørre først!
2. **Ikke legg ut/distribuer bilder** eller tekst uten å få tillatelse fra de som figurerer på bildene eller nevnes i teksten!
3. Husk at når du poster bilder eller innlegg på sosiale medier, og kobler disse til Profilgruppa og/eller Profilgruppas studietur til Island, så skal alle virksomheter og bedrifter i Profilgruppa kunne stå for det du publiserer.

NØDNUMMER ISLAND: 112

TAXI:

- **Hreyfill** +354 588 5522
- **BRS** +354 561 0000
- **Borgarbilastöðin** +354 552 2442

LINDA: +47 951 08 738

JAN FREDRIK: +47 901 73 092

RIKKE: +47 924 89 138

Island som reisemål

INNSJEKING

Icelandair har sin egen innsjekingskrank på Gardermoen. Denne er åpen minst to timer før avreise. Reisende som flyr med SAS eller Norwegian kan sjekke inn selv på innsjekningsmaskinene. Vi anbefaler å være tidlig ute på flyplassen. Innsjekkingen stenger presist 45 minutter før avreise. Etter det er det ikke mulig å sjekke inn. Flytiden til Island er ca. 3 timer.

PASS

Nordiske statsborgere trenger ikke pass til Island. Alle tilreisende må fremvise gyldig legitimasjon med bilde. Vi anbefaler allikevel å ta med passet. Island ble i 2001 medlem i Schengen.

TIDSFORSKJELL

Islandsk tid er 2 timer etter norsk tid om sommeren og 1 time om vinteren.

TAX-FREE VED ANKOMST

Dere kan handle tax-free alkohol og tobakk ved ankomst til Keflavik flyplass. Siden alkoholholdige drikker er svært dyre på Island kan det lønne seg å kjøpe de ved ankomst, for de som måtte være interessert i det. Vær oppmerksom på at ikke er tillatt å ta med snus inn i landet.

TIL OG FRA KEFLAVIK LUFTHAVN

Det går flybusser mellom Keflavik internasjonale lufthavn og Reykjavik. Bussene stopper rett utenfor terminalen. Avganger er ca 35-40 minutter etter ankomst av flyene. Turen til Reykjavik tar ca. 50-75 minutter, avhengig av på hvilket hotell dere bor på i Reykjavik.

Passasjerer som har bestilt transport til flyplassen blir hentet på hotellet ved hjemreise. Kontakt resepsjonen på hotellet kvelden i forveien for å bekrefte busstransporten. Flybussen stopper kun på hoteller som har fått bekreftet bestilling. Våre passasjerer får tilsendt vouchere for busstransporten.

Prisen for drosje mellom Reykjavik og Keflavik koster ca. ISK 15.000.

VÆR

Til tross for den nordlige breddegraden har Island et forholdsvis mildt klima, takket være Golfstrømmen. Været kan allikevel være noe ustabil. Det skifter fort og det kan ofte være flere skifter om dagen. Antagelig vil dere komme til å oppleve varierende vær under Islandsoppholdet, uansett årstid.

Den gjennomsnittlige vintertemperaturen er rundt 0 grader celsius, men temperaturen kan også komme ned til en del lavere temperaturer. Vinteren kan være tøff, til tider med mye vind og storm. Reykjavik har ofte snø om vinteren og dagene er mørke og korte.

Om sommeren er gjennomsnitt temperaturen 12-13 °C, men på en solrik dag kan temperaturen stige til over 20 °C. Dagene er lange og nettene lyse over hele Island. I juni går solen aldri helt ned på den nordlige delen av landet.

KLÆR

Været på Island kan sammenlignes med været i Kyst-Norge men er generelt noe kaldere. Det blåser en del og været kan til tider føles "surt". Været er også uforutsigbart og skifter raskt. En dag som begynner regnfull og kald kan i løpet av kort tid bli solrik og varm. Derfor kan dere ha behov for flere typer klær.

Uavhengig av årstiden anbefaler vi å ta med regn- og vindtett yttertøy og gode og behagelige tursko. Gener/flisgenser eller ullstrikkejakke er bra å ha på kjøligere dager. Siden været skifter fort er lag på lag bra. Lue skjerv og hansker anbefales også å ta med hele året. Pakk varme klær på vinteren. Det er Island dere skal besøke!

På sommeren kan det være behov for lettere plagg. Når solen viser seg på sommeren kan det fort bli varmt, spesielt hvis dere kjører bil. Husk å ta med solbriller og solkrem. Luften på Island er veldig klar og når solen skinner blir det svært lyst og det er lett å bli solbrent.

Ikke glem badetøy! En populær fornøyelse både for turister og Islendinger er å bade i de mange utmerkede utendørsbadene som finns over hele landet. Ta gjerne med badehåndkle, så slipper dere å leie det.

VANN

Island har et av verdens beste og reneste drikkevann. Det varme vannet kan lukte litt svovel, men det er helt rent.

VALUTA

Island myntenhet er "króna". Valutakursen er 1000 Islandske kroner = ca 70 norske kroner (i juni 2021). Norske kroner kan med fordel veksles i islandske banker. På flyplassen finnes det bank og minibank etter bagasjeutleveringen.

KREDITTKORT

Bruken av kredittkort og betalingskort er utbredt på Island. Alle de vanlige betalingskortene aksepteres. Dere kan også ta ut kontanter i minibanker. På flyplassen finnes det en minibank i ankomsthallen, etter bagasjeutleveringen. I minibankene kan alle de vanligste betalingskortene benyttes.

DRIKS/TIPS

På Island er service og alle avgifter inkludert i prisen. Imidlertid er det opp til enhver om man ønsker å legge igjen litt på restauranten eller på hotellrommet ved avreise.

ELEKTRISITET

Strømstyrken og kontaktene er de samme som i Norge.

TELEFON

Nummeret til Norge er 0047+ tlf.nr, og du slår hele nummeret uavbrutt. Kontakt din leverandør for informasjon om priser på mobilsamtaler.

NØDNUMMER

Nødnummeret på Island er 112.

Under oppholdet i Reykjavik

Reykjavik

Reykjavik er Islands hovedstad og største by, og godt over 60 % av landets 370 000 innbyggere bor i eller rundt Reykjavik. Byen ligger på en vestvendt halvøy på Islands sørøstlige kyst og er verdens nordligste hovedstad, beliggende på omtrent samme breddegrad som Trondheim.

Kollektivtrafikk i Reykjavik

Reykjavik har et godt kollektivtilbud som gjør det både enkelt og rimelig å komme seg frem i og rundt Reykjavik. Siden det finnes hverken tog, trikk eller undergrunnsbane på Island begrenser kollektivtilbudet seg til buss. Det går hyppige bussruter nesten hele døgnet.

Reykjavik sentrum

Den eldste, sentrale delen av Reykjavik virker mer som en liten småby enn en internasjonal hovedstad, med sine lave trehus kledd med fargerik bølgeblikk og avslappede atmosfære. Andre deler er hypermoderne, med shoppingssentere og forretningsbygg i stål og glass, og minner deg på at Reykjavik er en forholdsvis ny by, uten storstilte historiske bygninger og monumenter som mange andre hovedsteder.

Byens naturlige sentrum er torget Austurvöllur, i det som kan kalles Gamlebyen, som grovt sett er området mellom havnen, innsjøen Tjörn og den nord/sørlige Lækjargata. Her ligger både parlamentet og domkirken, og midt på torget står en statue av den islandske selvstendighetsforkjemperen Jon Sigurdsson.

Tjörnin

Den idylliske innsjøen Tjörnin er på sommeren et tilholdssted for over 40 forskjellige fuglearter, og på vinteren er skøytebane for Reykjaviks innbyggere. Mange foreldre tar med barna sine til Tjörnin for å se på og mate endene, svanene og gjessene som holder til der.

Hallgrímskirkja

Hallgrímskirkja er Reykjaviks fremste landemerke. Den er 74 meter høy og er Islands høyeste bygning. Byggingen ble påbegynt i 1945 og ferdigstilt først i 1986. Kirken har navn etter Hallgrímur Petursson, en religiøs poet fra 1700-tallet.

Det store kirkerommet, som er fritt for enhver utsmykking, gir en hver besøker sterkt inntrykk. Kirken har åpent daglig fra kl. 0900 til 1700.

Kirken har et enormt pipeorgel med over 5200 piper. Dette orgelet ble innviet i 1992 og er nå hyppig brukt til konserter av høy kvalitet. Det går en heis helt opp i tårnet. Fra toppen har du en fantastisk panoramautsikt over Reykjavik og områdene rundt.

Foran kirken er det en statue av Leiv Eriksson, som er en gave fra USA i anledning det islandske parlamentets tusenårsjubileum i 1930.

Sólfar

Et annet av Reykjaviks mest karakteristiske landemerker er den svære statuen av et vikingskip som ligger ved havnen. Jón Gunnar Árnasons kunstverk er tilegnet sjøfarerne som landet her for over tusen år siden, og er et av byens mest brukte fotomotiv, både for turister og postkortfotografer.

Dómkirkjan

Rett øst for Alþingishúsið ligger Reykjaviks katedral og viktigste kirkebygg historisk sett, Dómkirkja fra 1796. Denne blir ofte oversett til fordel for den mer prangende Hallgrímskirkja, men spilte en viktig rolle i Islands overgang fra katolisisme til protestantisme.

Alþingishúsið

Alþingishúsið er Islands parlamentsbygning, som ble bygd i 1880 og ligger i Austurvöllur i Reykjavik sentrum. Alþingishúsið har vært hjem for både Nasjonalgalleriet, Nasjonalbiblioteket, Universitetet og presidentkontorene.

Perlan

Perlan er Reykjaviks mest særpregede bygning, nest etter Hallgrímskirkja. Bygningen er en kombinasjon av et varmtvannsreservoar, restaurant, museum og turistcenter. Den ligger på høyden Öskjuhlíd ved innenriksflyplassen. Perlan, en slående rund glassbygning oppå seks digre vanntanker som forsyner Reykjavik med varmtvann. Her finnes en kafeteria og en terrasse med flott utsikt over hele Reykjavik.

Harpan

Harpa er det nye konserthuset i Reykjavik, som ble ferdigstilt midt i finanskrisen. Konserthuset er et stort arkitektonisk mesterverk som har fått stor internasjonal oppmerksomhet og designpriser, og er i dag en av Reykjaviks største og mest kjente landemerker. Bygningen er en krystallformet stålkonstruksjon som er kledd med ujevne glasspaneler i ulike farger.

Harpa ble designet av det danske arkitektbyrået Henning Larsen Architects i samarbeid med den dansk-islandske kunstneren Olafur Eliasson. Konserthuset har vunnet flere priser både for brukervennlighet, akustikk og arkitektur. Den byr på førsteklasses fasiliteter for musikere og samtidig fungerer den som et konferansesenter i verdensklasse.

I første etasje finnes kaféen Munnharpan og i øverste etasjen restauranten La Primavera. Det er omvisninger i Harpan alle dager.

Under oppholdet i Reykjavik

Norræna Húsid

Norræna Húsid eller Nordens Hus er en vakker bygning laget av den finske arkitekt Alvar Aalto. Huset ble innviet i 1968. Det meste av inventar, møbler og lamper er designet av Alvar Alto. Norræna Húsid er en kulturstiftelse drevet med støtte fra Nordisk ministerråd, som har som mål å fremme og styrke båndene mellom Island og de andre nordiske landene. I huset finnes café, restaurant, bibliotek og kontorer. Her finnes også restauranten AALTO Bistro som tilbyr mat inspirert av det skandinaviske kjøkkenet.

www.norraenahusid.is

Þjóðminjasafn Islands / Nasjonalmuseet

Islands Nasjonalmuseum viser Islands spennende og dramatiske historie. Her kan man se hva våre forfedre vikingene puslet med på Island for tusen år siden. Selv om Islands historie er forholdsvis kort, er den veldokumentert av herremenn som Snorre Sturlason og nært knyttet til vår egen historie. Vikingutstillingen har alt fra våpen og rustninger til husholdningsartikler og verktøy. Nasjonalmuseet huser også underavdelingene Sjøfartsmuseet og Medisinsk museum. Nasjonalmuseet ligger i Sudurgata 41 og har åpent daglig fra kl. 11:00 til 17:00, men stengt på mandager i vinterhalvåret.

www.thjodminjasafn.is

Listasafn Islands / Islands Nasjonalgalleri

I en stilig bygning av tre og glass ligger Islands Nasjonalgalleri som forøvrig er landets største kunstsamling, der du finner verker av alt fra unge lovende lokale kunstnere til gamle mestere som Munch og Picasso. Fra databaser over hele museet kan du klikke deg inn på de forskjellige kunstverkene og få detaljert informasjon om kunstneren. Åpent daglig unntatt mandager fra kl. 11:00 til 17:00.

www listasafn.is

Kjarvalsstaðir

Et museum som i hovedsak er tilegnet islendingenes egen kjære kunstner og kulturpersonlighet Johannes S. Kjarval. I tillegg til hans samling på flere tusen romantiske tegninger og malerier, har museet også vekselutstillinger.

www listasafnreykjavikur.is

Sagamuseet

Sagamuseet gjenskaper noen av de viktigste og dramatiske øyeblikkene i Islands historie. Gjennom "levende voksfigurer" som minner om figurene i Madam Tussaud, gis det innblikk i de historiske begivenhetene som har satt sitt preg på det islandske folks historie. Dette er en av Reykjaviks mest besøkte attraksjoner, og har åpent daglig fra kl. 10:00–18:00, på sommeren. På vinteren er det åpent lø. 12:00–17:00.

www.sagamuseum.is

Landnámsutstillingen i Reykjavik

I år 2001 ble det gjort et arkeologiske funn som stammer fra året 871 +/-2 og er de eldste menneskelagde funn hittil i Reykjavík. På stedet ligger ruiner av et langhus fra landnåmstiden som er blitt restaurert på sitt opprinnelige sted. Denne bygning huser nå en utstilling som konsentrerer seg om livet i Reykjavík på landnåmstiden. Der får besøkende en ide om hvordan livet på gården Reykjavík var. Man benytter interaktiv multimedia-teknikk for å forklare byggemetodene fra landnåmstiden.

www.reykjavikcitymuseum.is/the-settlement-exhibition

Árbæjarsafn

Noen kilometer utenfor sentrum ligger Reykjaviks svar på Folkemuseet på Bygdøy i Oslo. Gården Árbær omtales i historiske dokumenter fra 1400-tallet, selv om de fleste bygningene per i dag er fra det 19. århundret. Her er dagliglivet på en islandsk gård i middelalderen forsøkt gjenskapt og bevart etter beste evne, med ansatte i tidsriktige kostymer som demonstrerer lokalt håndverk, mens du kan spise tradisjonell hjemmelaget mat på restauranten Dillon. Åpent kl. 1000 til 1700 i høysesongen juni–august.

www.minjasafnreykjavikur.is

Penismuseet / Islands Fallologiske Museum

Dette er nok det mest snodigste museet som finnes på Island. Dette er en samling av penisser fra alle pattedyr i landet. Den menneskelige er på plass så snart den frivillige donoren har utåndet!

www.phallus.is/is/

Laugardalslauginn

Laugardalslaugin er landets største spa- og badeanlegg som ligger i en dal som er Reykjaviks friluftsparadis. Badeanlegget har ute og inne basseng, 7 boblebad, stort familiebasseng, 86 meters vannrutsjebane, saltvannsbad, massasjebad, dampbad, gym, spa, skjønnhets- og massasje salong, frisør, restauranter og helsebutikk.

En svømmetur eller et opphold i de varme bassengene er en livsstil for mange islendinger og derfor en fin måte å treffe lokalbefolkningen på. Du kan f.eks. få et lynkurs i islandsk politikk, langtidsværutsikten eller gode tips for turister i det varme bassenget, hvor man sitter og slapper av. Det finnes ingen bedre måte å få kontakt med byens puls. Skal du virkelig unne deg litt personlig luksus, bestiller du en fullkroppsmassasje i spaavdelingen.

sundlaugar.is/sundlaugar/laugardalslaug/

Nauthólsvík

Nauthólsvík er en kunstig anlagt badestrand som ligger på Ylströndin like utenfor sentrum. Ta et forfriskende bad i havet før du finner plass i heiti potturinn og skravler med de vennlige islendingene om alt og ingenting. Dette kommunale badet, med gratis inngang, er en viktig møteplass for lokalbefolkningen.

Under oppholdet i Reykjavik

Gamle havnen i Reykjavik

Den sjarmerende gamle havnen i Reykjaviks sentrum er vært å besøke. De gamle bygningene som tidligere oppbevarte fiskernes garn og utstyr er blitt pusset opp og der befinner det seg nå små restauranter, caféer, butikker og gallerier med kunst fra lokale kunstnere. Der hvor fiskerne tidligere hadde hver sitt lager er designere, kunstnere, restauranter og nisjebutikker i ferd med å ta over hele området.

Kolaportid

I Geirsgata som går parallelt med den gamle havnen arrangeres Kolaportid loppemarked hver lørdag og søndag morgen. Her kan hvem som helst leie seg inn og ta med seg det de måtte ønske å selge. Du finner alt mulig rart og det meste er bruktvare. Det er morsomt å titte igjennom og se om man finner en perle. Det selges også en del håndstrikkete tradisjonelle ullgensere, eller lopapeysur, luer skjerf og vanter av islandsk ull. I Kolaportid kan dere også kjøpe noen av Islands spesielle matretter som fisk, tørrfisk, syltede værtestikler, råttan hai, hestepølser og mye mer.

www.kolaportid.is/

Volcano House Reykjavik

Hvis dere ønsker å lære mer om islandske vulkaner og vulkanutbrudd på Island kan dere besøke The Volcano House. Her blir det vist to dokumentarfilmer om Islands største vulkanutbrudd de siste 40 årene; vulkanutbruddet i Vestmannaeyjar i 1973 og i Eyjafjallajökull i 2010. Filmene vises daglig hver time fra kl. 10:00–21:00.

www.volcanohouse.is

Ridning på Islandshest

Den islandske hesten er et av Islands nasjonalsymboler og er en rase som har holdt seg uendret siden vikingene brakte den til Island i det niende århundre. Hvis dere ønsker kan dere bli med på en ridetur i utkanten av hovedstaden. Ridestiene går gjennom mosegrodde lava felt og dere vil komme tett inn på den enestående islandske naturen. Det tilbys ridning på islandshest for både erfarne og uerfarne rittere og det er mange forskjellige turer å velge imellom. Dere kan bli hentet ved overnattingsstedet i Reykjavik. Ridning kan bestilles hos Din Islandsreise.

Hvalsafari fra Reykjavik

Island er et flott reisemål for hvalsafari og det er store sjanser for å få se disse store og majestetiske dyrene som kommer til overflaten for å leke, duppe eller trekke luft. På turene er det store muligheter for at dere får oppleve blant annet spekkhogger, vågehval og knølhval. Båten seiler ut til Faxaflói-bukten bare én times seilas fra hovedstaden Reykjavik. Det er to selskaper som tilbyr hvalsafari fra Reykjavik. Guiding på

båten foregår på engelsk. Turen varer i tre timer og hvis dere ønsker kan dere bli hentet på hotellet. Hvalsafari kan bestilles hos Din Islandsreise.

ATV kjøring fra Reykjavik

For de som ønsker litt adrenalin i blodet under Reykjavikbesøket har mulighet å bli med på en spennende og actionsfylt ATV kjøring. Kjøringen går gjennom store lavaområder, røffe terreng og mye flott natur. Det er flere avganger daglig og dere kan bli hentet på hotellet i Reykjavik. Kjøring av ATV bilene er kun tillatt for voksne og det må fremvises et gyldig førerkort. ATV kjøring kan bestilles hos Din Islandsreise.

Zoo & Familiepark i Reykjavik

Reykjavik Zoo & Familiepark er en park der barna og voksne får møte forskjellige dyrearter som hører naturlig hjemme på Island, (bl.a. hester, sau, rev, sel og reinsdyr). I familieparken kan barna boltre seg i karuseller, minibiler, en stor lekeplass og en innsjø med flåter. Etterpå har dere muligheten til å grille på et eget barbecue-område.

www.mu.is

Hop-On Hop-Off Busser

Bussen kjører til noen av de største høydepunktene i Reykjavik. Dere bestemmer selv når dere går av og på bussen. En runde tar ca. 60 minutter og audioguiden tilbys på flere språk.

www.re.is/tour/hop-on-hop-off/

Fly Over Iceland

Dette er Islands nyeste attraksjon som tar deg med på en spennende flytur over Islands vakre natur. Dere sitter med føttene hengende i løse luften mens dere ser filmen på en storskjerm. På flyturen over Island blir det brukt specialeffekter som vind, tåke, dufter, musikk og bevegelser. Opplev en naturtro flytur gjennom Islands storartet natur.

www.flyovericeland.com

Bæjarins Bestu

Bæjarins Bestu "Byens beste" er Reykjaviks eldste og mest berømte pølsekiosk. Selger fantastiske pølser laget av lammekjøtt som bl.a. Bill Clinton lot seg friste av. Pølsekiosken er blitt kåret til verdens beste pølsekiosk av britiske avisen The Guardian. Den vanligste varianten av pølser er «en med alt», eller på islandsk «ein(a) med öllu» som er en kjøttfull pølse av lammekjøtt på en liten seng av rå løk, sprø løk, dressing, ketchup og islandsk sennep.

www.bbp.is/

Under oppholdet i Reykjavik

SHOPPING I REYKJAVIK

Islandske butikker holder internasjonal standard og har et stort og variert vareutvalg. Islands spesialiteter er ullvarer, f.eks. gensere, strikkejakker, luer og votter; håndlaget keramikk, glass og sølvarbeider. Dere finner også spennende motebutikker fra både lokale designere og internasjonale merkevarer. Alle tilreisende som handler på Island kan få momsen refundert. Hvis dere sørger for å få butikken til å fylle ut en Tax Refund Cheque vil dere spare ca 15 % dersom dere handler over ISK 4.000.- per kjøp.

Islandsk ull

Det mest islandske av alt man kan handle på Island er ull og ullvarer. Få plagg i verden holder så godt på varmen som "islanding", som er en tykk genser strikket i ull. Mønsteret på genserne er særpreget for Island. Et lite tips for de som liker å strikke er å ha med seg hjem både ullen og strikkemønsteret for en egenprodusert "islanding".

Islandsk design

Islandingen er flinke å produsere sine egne unike produkter av svært høy kvalitet, og mange butikker tilbyr varer de selv har laget.

Smykker designet og laget på Island har vist seg å være forholdsvis rimelige. Flere kjente islandske smykkedesignere har egne utsalg i byen. Disse smykkene er som oftest produsert i kun enkle eksemplarer, så her er det mulighet å kjøpe noe unikt som ingen andre har.

Kringlan

Kjøpesentert KRINGLAN er Island eldste kjøpesenter som ligger kun noen få minutter bilkjøring fra sentrum. Senteret har ca 180 butikker, fordelt over tre etasjer.

Smáralind

Kjøpesenteret SMÁRALIND er litt mindre og ligger ca 10–15 minutters bilkjøring fra sentrum.

Laugarvegur

Laugavegur er hoved handlegaten i Reykjavik. Her finnes alt fra små second-hand butikker til eksklusive internasjonale merkevarer.

Skólavörðustígur

Handlegaten Skólavörðustígur er en sidegate fra Laugarvegur med mye islandsk design, kunst og kunståndverk.

Bankastræti

Bankastræti er en handlegate hvor du bl.a. finner de populære fritidsklærne fra det islandske varemerket; 66 grader nord.

VELVÆRE I REYKJAVIK

I Reykjavik trenger dere ikke å spare på det varme vannet. Det geotermiske vannet hentes direkte fra den hete undergrunnen. Unn dere et besøk i et av islandingenes mange og elskede svømmebassenger. Dere får en enestående opplevelse å bade i dampende varmt vann, i frisk luft under åpen himmel. Mange islandinger har dette som en fast daglig foreteelse. Et besøk til et av Reykjaviks luksuriøse spabad, er også å anbefale. Der kan dere kombinere f.eks. boblebad med massasje og sauna.

Laugardalslaug

Største utendørsbassenget på Island, med stor vannsklie og flere "heitur pottur".

sundlaugar.is/sundlaugar/laugardalslaug/

Laugar Spa

Nordens største spasenter ligger i det grønne området Laugardalur i Reykjavik. Laugar Spa byr både på et stort utendørs svømmebasseng med bl.a. en lang vannsklie og et innendørs basseng med olympiske mål. I en annen avdeling av senteret kan dere finne roen i et fint avstemt kompleks spesielt tilegnet nytelse og avstressing med eksklusive spafasiliteter som sauna, dampbad, boblebad og mange forskjellige former for massasje og skjønnhetsterapi.

www.laugarspa.is

Nordica Spa

Det 1000 kvadratmeter store, luksuriøse spa og fitness senter i Nordica Hotel er innredet med vakker mosaikk, lavastein og kirsebærtre. I disse eksklusive omgivelsene kan dere nyte senterets tilbud og fasiliteter som dampbad, boblebad (perfekt i kombinasjon med skuldermassasje i skjæret fra levende lys), avanserte fitnessmaskiner, åtte individuelle massasje, og behandlingsrom, samt en tradisjonell islandsk tresaua med utgang til solterrasse.

www.nordicaspa.is

Restauranter i Reykjavik

RESTAURANTER I REYKAJVIK

Antallet gode spisesteder i Reykjavik er stort, og de kulinariske mulighetene er overveldende for en by i denne størrelsen. Om du ønsker tradisjonell eller trendy islandsk mat, fransk, italiensk, indisk, spansk, meksikansk, kinesisk eller japansk kjøkken vil du finne det i Reykjavik.

Også noen av hotellene har gode restauranter f.eks. Hótel Holt, Hótel Hilton Nordica og Radisson SAS Hótel Saga.

Typisk islandsk mat er gjerne fisk eller lam. Det islandske lammet tilbringer sommeren på høylandet og spiser ville urter og gress hele sommeren. Fisken er alltid fersk og du kan få den i alle varianter som røkt, dampet, grillet eller i sushi. Nedenfor finner du et lite utvalg av restauranter:

Lækjarbrekka

Restauranten ligger direkte i sentrum, i en av byens elste bygninger. Den ble bygget om til restaurant i 1980. Menyen består blant annet av islandsk hummer, dagsfersk fisk, islandsk fjellam, lundefugl og mer. Restauranten er varm, lun og dere vil oppleve en hjemmekoselig atmosfære. Lækjarbrekka er utmerket for både lunsj og middag.
www.laekjarbrekka.is

Hornid

Reykjaviks eldste restaurant som også fungerer som galleri. Er særlig berømt for sin gode pizza.
www.hornid.is

3 Frakkar

Restauranten ligger i et gammelt og lunt trehus. Det serveres fisk og kjøttretter. Restauranten tilbyr også noe utenom det vanlige; hvalkjøtt, røkt lundefugl og sashimi av hval. Stedet er bygget opp av kokk og eier, Ulfar Eysteinnsson. Stilen er folkelig, og med kun 44 sitteplasser skapes det en hjemlig atmosfære. 3 Frakkar er blitt et stamsted for mange, både fastboende og tilreisende. Mange kjente kokker fra andre land har vært på besøk her, og det sies at 3 Frakkar er den britiske kokken Jamie Olivers favoritt-restaurant på Island.
www.3frakkar.is

Hotel Holt

Et av Reykjaviks absolutt fineste spisested. Utsøkt fransk cuisine og et ypperlig utvalg av vin og edelt brennevin.
www.holt.is

Íslenska Hamborgarafabrikkan

En ny, trendy og svært populær restaurant. I tillegg til kreative og fristende hjemmelagede hamburgere, inneholder menyen lamb, kylling og et rikt utvalg av salater. På menyen står for

eksempel «Lamburger», med lammekjøtt, «Miss Reykjavik», med kyllingbryst og mango-yoghurtsaus, «The President», med oksekjøtt, parmaskinke, brie, sennep og hvitløksaus. På kveldstid er det «Happy Hour» og gratis transport videre til nattelivet i sentrum.
www.fabrikkan.is

La Primavera

La Primavera ligger i toppetasjen av det kunstnerisk utførte og imponerende konserthuset i Reykjavik. Restauranten som er kalt Harpan serverer utsøkt Nord-Italiensk mat av ferske islandske råvarer.
www.laprimavera.is/harpa/

Kopar

Kopar er en hyggelig og uformell restaurant ved gamle havnen i Reykjavik. Restauranten ligger over to etasjer hvor du får en flott utsikt fra andre etasjen. Menyen består av smaksfulle islandske råvarer med moderne og internasjonal vri.
www.koparrestaurant.is

Austur India Félagid

Byens elste og mest populære indiske restaurant, som lager mat av utsøkte ferske råvarer. Verdens nordligste indiske restaurant.
www.austurindia.is

Bæjarins Bestu

“Byens beste”. Reykjaviks eldste og mest berømte pølsebod som ligger ved havnen i Reykjavik. I over 70 år har den forsynt folk med pølser, og det er ofte lang kø foran luken. En augustdag i 2004 gjorde stedet verdensberømt. Da var Bill Clinton i nærheten, i følge med sikkerhetsfolk og journalister. Innehaver Maria Einarsdóttir var ikke snauere enn at hun ropte etter ham: «Mister Clinton, I have the best hotdog in the world. Do you want to taste?» Clinton slo til, fotografene knipset, og bilder ble sendt verden rundt. Britiske The Guardian har også kåret den til verdens beste pølsekiosk. Den vanligste varianten av pølser er «Ein med öllu» – En med alt, en kjøttfull pølse av lammekjøtt på en liten seng av rå løk, sprø løk, dressing, ketchup og islandsk sennep.

Ved Radisson Blu 1919,
Tryggvagötu, 101 Reykjavík

Grillmarkadurinn / The Grill Market

En ny restaurant som er meget populær, direkte i sentrum av Reykjavik. Serverer både fisk og kjøtt. Ofte fullbooket, bordbestilling anbefales.
www.grillmarkadurinn.is

Restauranter i Reykjavik

Tapasbarinn

Spansk tapas tradisjon møter gode islandske råvarer. Restauranten tilbyr 70 forskjellige tapasretter med spansk-islandsk vri. Her burde det finnes noe for enhver. Sangriaen her er en favoritt! Restauranten befinner seg nede ved gamle havnen.
www.tapas.is

Fiskfélagid / Fish Company

En fiskerestaurant i særklasse og en av de mest populære restaurantene i Reykjavik for tiden. Den skårer høyt på listen til Tripadvisor, som viser hvilke spisesteder gjestene synes er best. Den internasjonalt inspirerte menyen består av innovative og eksperimentelle retter, som tar deg med på en eventyrlig reise verden rundt. Det er en lun og behagelig stemningen i bygningen under broen, som er fra 1884. Prisnivået er høyt til å være på Island, men man kommer likevel rimeligere ut enn ved å spise på en god restaurant i Norge.
www.fiskfelagid.is

Fiskimarkadurinn

Fiskimarkadurinn blander det islandske kjøkkenet med det asiatiske. Lunsj serveres mellom 11.30 og 14, og middag fra 18 til 23.30. Restauranten ligger i Adalstræti 12, som går for å være en av Reykjaviks eldste bygninger. Sjefskokken tilhører det Islandske kokkelandslaget. Restauranten ligger i det øvre prisnivået med forretter fra 130-150 NOK og hovedretter mellom 200 og 280 NOK.
www.fiskmarkadurinn.is/english/

Sjávarkjallarinn

Med sin nyskapende matkunst har Sjávarkjallarinn vunnet heder bl.a. i Condé Nast Traveller. Fantastiske fiskeretter. Stedet er opptatt av å fronte det moderne, nordiske kjøkkenet. Hovedvekten er på islandsk mat, men de trekker inn elementer fra sine nordiske naboer. Menyene er sjarmerende, på den måten at de for eksempel serverer «arktisk røye fra Eymundur i Vallanes» og «røyt kjempetorsk fra Elvar Reykjálín». Du vet at du spiser kortreist mat når du til og med får vite navnet på fiskeren.
www.sjavarkjallarinn.is

Sjávargrillid / Seafood Grill

En svært populær restaurant som har spesialisert seg i grillretter, både fisk og kjøtt.
www.sjavargrillid.is/is

Sægreifinn / Sea Baron

Still deg i kø sammen med lokalbefolkning og turister på Sægreifinn som er kanskje Islands mest primitive og spesielle restaurant. Bestill sjappas populære hummersuppe som har rykte på seg å være verdens beste, og et par grillspyd med fersk fisk. Maten serveres på papptallerken og med plastbestikk. Sjefen sjøl, Kjartan Sægreifinn Halldórsson, rydder bord og snakker med gjester, hele tiden med et stort smil om munnen.
www.sægreifinn.is

Sushismidjan

Du får neppe ferskere fisk, og du får ikke bedre utsikt. Her sitter man i et gammelt skur på havnen, med store vinduer ut mot fiskebåter og snøkledd fjell. Det grønmalte skuret huser en restaurant i den ene enden og en take away-disk i den andre. Ingen luksus eller jåleri, kun knallgod sushi med hvalkjøtt og fisk. Stedet er lite, med ti-tolv små bord. Rimelig mat, og en «ekte» opplevelse.
www.sushismidjan.is

Osushi

Sushi restaurant som tilbyr Sushi-biter som går rundt hele restauranten på rullebånd. Her er det bare å plukke ut de bitene man ønsker. Hver tallerken har sin fargekode, som tilsvarer en spesifikk pris. Restauranten befinner seg nede i sentrum.
www.osushi.is

Fjörukráin (i Hafnafjörður)

Det føles som å reise tilbake i tid når du spiser på Fjörukráin/Viking Village. Dette er en «viking by» hvor dere opplever islandske vikinger og får smake på islandske delikatesser. Restauranten tilbyr tradisjonelle retter servert på gammel tradisjonell måte. Den er også godt egnet for grupper. Grupper kan bestille vikingfest der maten serveres på trefat og dere drikker mjød av vikinghorn. Fjörukráin ligger ca 12 km. fra Reykjavik.
www.fjorukrain.is

ALKOHOL PÅ ISLAND

Til tross for at øl faktisk var forbudt frem til 1989, produserer Island nå tre typer øl, som konsumeres i store mengder på fre-dags- og lørdagskveldene i Reykjavik sentrum. Vin får du kjøpt på alle barer og restauranter, men det er alltid dyrt og importert. Den eneste typen «vin» som produseres på Island, er brennivín, men dette drikkes mest av turister.