

**boenda**  
FERÐIR

# Á GÖNGUSKÍÐUM Í SEISER ALM

kennslu- og æfingaferð



**25. janúar – 1. febrúar 2025**

**Fararstjórn: Guðrún Helga Jónasdóttir**  
**Skíðakennsla: Einar Ólafsson & Snorri Einarsson**

Hreyfiferð  
Ítalía

## Ferðalýsing

Kennslu- og æfingaferð á gönguskíðum í skemmtilegum félagsskap og fallegu umhverfi er sannkallaður draumur útivistarfólks. Hér er boðið upp á allt það besta til að gera ferðina að ógleymanlegu vetrarævintýri. Seiser Alm svæðið er einstaklega fallegt og útsýnið yfir Dólómítana stórkostlegt. Skíðabrautir svæðisins eru um 80 km langar og eru í 1.800 – 2.200 m hæð yfir sjávarmáli. Gist verður á góðu hóteli í bænum Seis am Schlern en þar er innifalið morgunverður, síðdegissnarl og kvöldverður. Á hótelinu er heilsulind með m.a. sauna, heitum potti og gufubaði. Flogið er með Play til Veróna og ekið sem leið liggur til Seiser Alm svæðisins. Þeir sem vilja fá sem mest út úr ferðinni er ráðlagt að vera í góðu líkamlegu formi og kunna nokkuð vel á gönguskíði þar sem þessi ferð er sérstaklega hugsuð fyrir lengra komna. Reynt verður þó að koma til móts við þarfir allra eftir því sem aðstæður leyfa.

**8 dagar | 7 nætur í Seis am Schlern**



### Nánar um ferðina

Í ferðinni verða bæði fararstjóri og skíðakennarar. Skíðakennarar verða með æfingar og kennslu flesta daga, bæði fyrir og eftir hádegi. Því er upplagt að nýta sér kennsluna hálfan daginn og æfa sig sjálfur hálfan daginn. Kennslan verður fjölbreytt og skipt er í hópa eftir getu. Þeir sem vilja frekar taka því rólega og njóta þess að skíða á sínum eigin forsendum í dásamlegu umhverfi gera það. Markmiðið er að allir njóti sín við bestu mögulegu aðstöðu.

### Skíðasvæðið

Tignarlegir tindar Dólómítanna taka á móti okkur í Alpaþorpinu Seis am Schlern í Suður-Tíról á Ítalíu. Þorpið stendur við rætur hins 2563 metra háa fjalls Schlern og Seiser Alm hásléttunnar. Seiser Alm svæðið er í um 1800-2200 m hæð og þar eru um 80 km af skíðagöngubrautum sem allar eru tvö- eða fjórfaldar. Svæðið hentar bæði byrjendum og lengra komnum og eins bæði fyrir klassískan og skauta stíl. Seiser Alm skíðagöngusvæðið



er vinsælt æfingasvæði meðal atvinnuskíðagöngufólks, meðal annars hjá norska, sænska, rússneska og bandaríska landsliðinu auk þess ítalska. Hér eru fjölmargir fjallaskálar þar sem hægt er að hvíla lúin bein og njóta staðbundinnar matargerðar svæðisins. Suður-Tírólsk matargerð sameinar matarhefðir Alpanna og Miðjarðarhafssvæðisins sem þýðir að hér verður örugglega eitthvað sem hentar öllum. Hér má skoða [vefsíðu Seiser Alm svæðisins](#).

## Hótelíð

Gist verður allar næturnar á Parc Hotel Florian í Alpaþorpinu Seis am Schlern sem stendur við rætur Schlern fjallsins. Hótelíð er í 1000 metra hæð og þar er víðáttumikið útsýni. Innifalið er vel útilátíð morgunverðarhlaðborð, síðdegissnarl og margrétta kvöldverður með litríku salat- og forréttahlaðborði. Á



hótelinu er heilsulind með sauna, gufubaði, heitum potti og innrauðum hitaklefa. Herbergin eru notaleg með baði/sturtu, hárpurrku, sjónvarpi, öryggishólf, baðslopp og snyrtivörum. Ókeypis þráðlaust net er á hótelinu. Sjá nánar á [vefsíðu hótelsins](#).

## Flugið

Flogið verður með Play til Veróna þann 25. janúar. Brottför frá Keflavík kl. 9:10 en mæting í Leifsstöð u.þ.b. 2,5 klst fyrir brottför. Lending í Veróna kl. 14:25 að staðartíma. Frá flugvellið í Veróna eru um 185 km til Seiser Alm. Á brottfarardegi leggjum við snemma af stað út á flugvöll og síðan er flogið heim kl. 15:25 frá Veróna. Lending á Íslandi kl. 19:00.

## Verð

**389.900 kr. á mann í tvíbýli** | Vinsamlegast hafið samband ef óskað er eftir einbýli.

## Innifalið

- ✓ Flug með Play og flugvallarskattar.
- ✓ Ferðir á milli flugvallarins í Veróna og hótelsins í Seis am Schlern.
- ✓ Gisting í herbergi með baði á fjögurra stjörnu hóteli.
- ✓ Morgunverðarhlaðborð.
- ✓ Síðdegishressing.
- ✓ Vel útilátinn kvöldmatur ásamt salat- og forréttahlaðborði.
- ✓ Aðgangur að heilsulindinni.
- ✓ Frítt South Tyrol Guest Pass sem hægt er að nýta í strætó og skíðarútur á svæðinu.
- ✓ Íslensk fararstjórn og skíðakennsla.



## Ekki innifalið

- ✓ Aukagjald fyrir skíði í flug.
- ✓ Aðgangur í skíðagöngubrautir, vikukort u.þ.b. € 50.
- ✓ Aðgangur í kláf, vikukort u.þ.b. € 110
- ✓ Hádegisverðir.
- ✓ Þjóf fé.
- ✓ Forfalla- og ferðatrygging.