



Vandra i England



South West Coast Path, 7 nätter Padstow – St Ives, 6 vandringsdagar

Den här delen av South West Coast Path, som går i Cornwall, sägs vara den allra bästa av den över 1 000 kilometer långa kustlinjen. Hör hur vågorna slår in mot klipporna, smaka på färsk fish'n'chips och ta in de vackra utsikterna uppe från bergstopparna. South West Coast Path bjuder på inbjudande stränder, pittoreska fiskebyar och flertalet vikar som för massvis med historia med sig. Under din vandring kommer du att få en härlig mix av natur, kultur och historia.

Detta vandringspaket går över 7 nätter vilket gör sträckorna behagligt långa med en lugn sista vandringsdag. Den korta vandringen sista dagen gör också att du får mer tid i den fina orten St Ives.

Höjdpunkter

- Nylagad "fish and chips" på piren i Padstow
- Atlantens brusande och vågor som slår mot klipporna
- Vita, orörda stränder och orörda kustremsor
- Vidsträckta vyer
- Vilda blommor och rikt fågelliv
- St Ives med sina gallerier, hantverksbutiker och caféer

Dag 1 – Ankomst till Padstow

Under dagen ankommer du till charmiga Padstow. Här hittar du en härlig mix av piper, barer, restauranger och hantverksbutiker inklämt i denna lilla hamnby.

Dag 2 – Padstow – Porthcothan

Din vandring startar lugnt med låga bergstoppar med inbjudande stränder nedanför. När du vandrar runt Trevoise head, en av Cornwalls mest berömda uddar, får du underbara vyer över stränderna framför dig. Constantinebukten är ett perfekt ställe för en avslappnande picknick. Under dagens vandring kan stigen bli något smal på sina ställen, så var försiktig!

Sammanlagd höjdmeter, stigning: 342 m, sänkning: 328 m.

Medel vandring (grad 3) - 21 km

**Dag 3 – Porthcothan – Newquay**

En dag längs den karga kusten, med sina små vikar och spetsiga uddar. Här fick många fartyg se sina sista dagar innan fyren på Trevoise head byggdes. Leden tar dig in och ut ur små vikar och uddar. Lokala legender, vidsträckta vyer och en 5 km lång sandstrand vid Watergate-bukten är riktiga höjdpunkter idag.

Sammanlagd höjdmeter, stigning: 642 m, sänkning: 550 m.

Medel vandring (grad 3) - 16 km

Dag 4 – Newquay – Perranporth

Så fort du lämnar den något stressiga staden Newquay bakom dig kommer du till den kända stranden Fistral Beach. Håll utkik efter de vilda blommorna, kryckjorna och vadarfåglarna som kännetecknar West Pentire udden som du nu vandrar på. West Pentire är väldigt populärt hos biologer, just på grund av sin mångfald av både växter och djur. Du kommer snart att vandra på

Holywells och Perran Sands sanddyn, vilket kan vara något ansträngande, men om tidvattnet är lågt kan du vandra till Perranporth över stranden.

Sammanlagd höjdmeter, stigning: 364 m, sänkning: 175 m.

Lätt vandring (grad 2) - 16 km

Dag 5 – Perranporth – Portreath

Idag får du en dag med branta upp- och nedförsbackar genom ett område fullt av gamla gruvor. I de flesta av de gamla gruvorna bor det idag massvis av fladdermöss, bland andra den ovanliga arten "Stor Hästskonäsa". Du kommer också gå igenom området St Agnes Head, som är väldigt populärt bland fågelskådare. Håll utkik efter tordmulen, sillgrisslan och kryckjan.

Sammanlagd höjdmeter, stigning: 759 m, sänkning: 797 m.

Utmanande vandring (grad 4) - 18 km



Vågorna slår in över Portreath

Dag 6 – Portreath – Hayle

Cornwall och South West Coast är välkänt för sina så kallade smugglarvikar. Kusten lämpade sig väldigt bra för smuggling, då kustlinjen mestadels var obebodd. Några patrullerande män sågs inte till. Det smugglades bland annat te, brandy, gin, rom och tobak. Idag kommer du att gå längs en sträcka som är fylld av smugglarvikar, alla med sina egna namn, såsom Ralph's Cupboard. Strax härefter tar du några branta kliv uppåt och vandringen blir sedan relativt flack längs blomsterfyllda ängar. Klippor, sanddyn och flodmynningar hjälper till att ge dig en underbar dags vandring.

Sammanlagd höjdmeter, stigning: 395 m, sänkning: 325 m.

Medel vandring (grad 3) - 19 km

Dag 7 – Hayle – St Ives

Dagens vandring börjar vid Hayles svängbro, som är den äldsta i England. Hayle var förr i tiden en av de viktigaste industriorterna i Cornwall och känt för sina koppargruvor och smältning av koppar. Leden kommer under några kilometer följa en bit av pilgrimsleden St Michael's Way, som tar pilgrimer genom Cornwall från Lelant till Marazion, där de sedan tog sig vidare till St James-katedralen i Santiago de Compostela. Efter en kort och trevlig dags vandring kommer du till St Ives, där dagarna lätt kan fördrivas i gallerier, hantverksbutiker och mysiga caféer.

Sammanlagd höjdmeter, stigning: 112 m, sänkning: 107 m.

Mycket lätt vandring (grad 1) - 8 km



St Ives

Dag 8 – Hemresa

Så var det dags för hemresa tillbaka till Skandinavien, om du inte valt att spendera några extra nätter i St Ives eller någon annan ort.

Pris och period

Enligt information på vår hemsida

www.vandra.se

Antal deltagare

Från två personer och uppåt. Är du solovandrare eller i en grupp om mer än 10 personer, kontakta Vandra för pris.

Svårighetsgrad

- Snittvärde svårighetsgrad: **2,7 / 5**
- Vandringen är mycket lätt till utmanande. En dag är mycket lätt, en dag är lätt, tre dagar är medel och en dag är utmanande.
- Även om du följer kustlinjen är det en hel del vandring upp- och nerför.
- Leden ni följer är väl markerad och väl underhållen.

- Större delen av leden går på naturstigar/grusvägar. Det förekommer även partier genom som går över sanddynerna.
- Total sträcka att vandra är 98 km fördelade på 6 vandringsdagar.

Boende

Du bor på hotell eller Bed & Breakfast. Samtliga rum har sängkläder och handduk. De flesta rummen har dusch och toalett på rummet, men på framförallt minder Bed & Breakfast kan ett par rum dela på gemensam dusch och toalett.

Några boende längs South West Coast Path ligger vid sida av leden

Är ni ett större sällskap eller under perioder när det är hårt bokat kan det bli nödvändigt att dela upp sällskapet på två eller flera boenden för att lösa boendet.

Anslutningsresan

I arrangemanget ingår inga anslutningsresor till och från vandringen. Kontakta oss så hjälper vi dig med tips och råd om hur du skall gå till väga för att lösa detta på bästa vis. Vi skickar gärna programförslag med information om dina anslutningsresor.

Tåg

Vill du resa med tåg till och från vandringen? Kontakta oss så hjälper vi dig vidare.

Flyg

Närmaste flygplats till startplatsen Padstow är:

- Newquay flygplats (16 km)*
- Bristol flygplats (247 km)
- London Gatwick (430 km)
- London Heathrow (431 km)
- London Stansted (526 km)

Närmaste flygplats till slutmålet St Ives är:

- Newquay flygplats (65 km)*
- Bristol flygplats (285 km)
- London Gatwick (468 km)
- London Heathrow (470 km)
- London Stansted (564 km)

* Newquay är en inrikesflygplats, vilket innebär att du först får flyga till London och sedan ta ett inrikesflyg därifrån till Newquay flygplats.

Lokala transporter, utresa

Från Newquay flygplats går det direktbussar till Padstow flera gånger om dagen.

Flyger du till Bristol flygplats tar du först buss in till centrala Bristol. Därifrån går det tåg till Padstow, med byte i både Plymouth och Bodmin.

Från Heathrow och Gatwick tar du buss till Reading station och från Stansted tar du tåg in till centrala London. Från centrala London åker du från Paddington station eller Reading station till Bodmin station där du byter till bussen som tar dig hela vägen till Padstow.

Lokala transporter, hemresa

Från St Ives till Newquay finns det direktbussar som går några gånger om dagen. Passar inte dessa tider tar du dig till Newquay med buss och/eller tåg. Du får då minst ett byte. Det går sedan lokalbussar mellan centrala Newquay och flygplatsen, möjligheten att ta en taxi finns självklart också.

Om du ska flyga ifrån Bristol flygplats tar du tåget från St Ives in till centrala Bristol. Du har ett eller två byten på vägen. Från centrala Bristol tar du sedan buss ut till flygplatsen.

Ska du till någon av Londons flygplatser tar du buss från St Ives till St Erth för att där ta dig vidare in till Reading eller Paddington station. Du tar dig vidare med buss eller tåg till flygplatsen.

Din resplan

I samband med bokning av vandringspaket meddelar du oss vilka flyg eller tåg du planerar att boka så lägger vi in dem i din resplan och kompletterar med information om lämpliga anslutningsresor.

Det är viktigt att vi stämmer av möjligheterna att resa vidare med buss/tåg eller taxi till startplatsen och från slutmålet innan vi startar bokningsprocessen. Tåg- eller flygbiljetter bokar du när landarrangemanget är klart.

Vill du ha hjälp med att boka resan till och från England hjälper vi på Vandra till med att boka flyg.

Bokningsprocessen

För att underlätta beslut om lämpligt startdatum och resväg e-postar vi gärna ett programförslag till dig. När startdatum är beslutat startar vi arbetet med att boka in dig längsmed leden. Bokningsprocessen tar cirka 5 arbetsdagar. När allt är bokad och klart meddelar vi dig via e-brev med program. Vi kan aldrig garantera att dina datum fungerar förrän allt är bokad och bekräftat. Vid ändring av datum utgår en ändringsavgift som varierar beroende på arbetets omfattning.

Eget ansvar

All vandring arrangerad av Vandra sker på egen risk. Varken Vandra, lokal arrangör, lokala turistbyråer eller hotell kan ställas till ansvar för olyckor under vandringarna. Det är viktigt att du har fullgott reseskydd/reseförsäkring och att du ser över ditt reseskydd.

Försäkringar

En förutsättning för att du skall få genomföra resan är att du har fullgott reseskydd. I Vandras researrangemang ingår **inga** försäkringar. Vill du ha hjälp med att komplettera ditt försäkringsskydd med avbeställningsförsäkring eller reseförsäkring hjälper vi dig via Gouda reseförsäkringar.

Särskilda resevillkor

För resor förmedlade av Vandra gäller Allmänna villkor för paketresor. Dessutom gäller Särskilda villkor.

Bokning och information

Vandra of Sweden AB

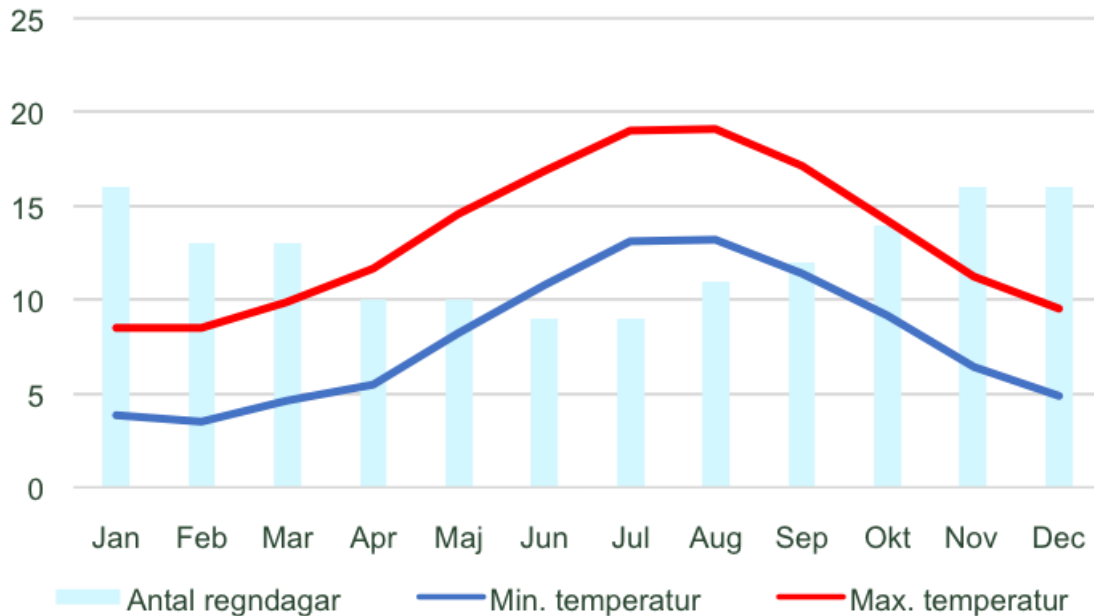
Stora Strandvägen 2C
312 72 Skummeslövsstrand
Tel. 0430 – 620 21
E - post: info@vandra.se
www.vandra.se

Klimat

Storbritannien har ett relativt tempererat klimat med en del molnighet. Vädret kan skifta väldigt mycket från dag till dag men generellt sett är sommaren (juni – augusti) varm med 14–30 °C, och vintern (december–februari) kylig med temperaturer runt 1–4 °C.

Östkusten har generellt mindre regn än övriga delar medan västkusten i regel har ett mildare klimat.

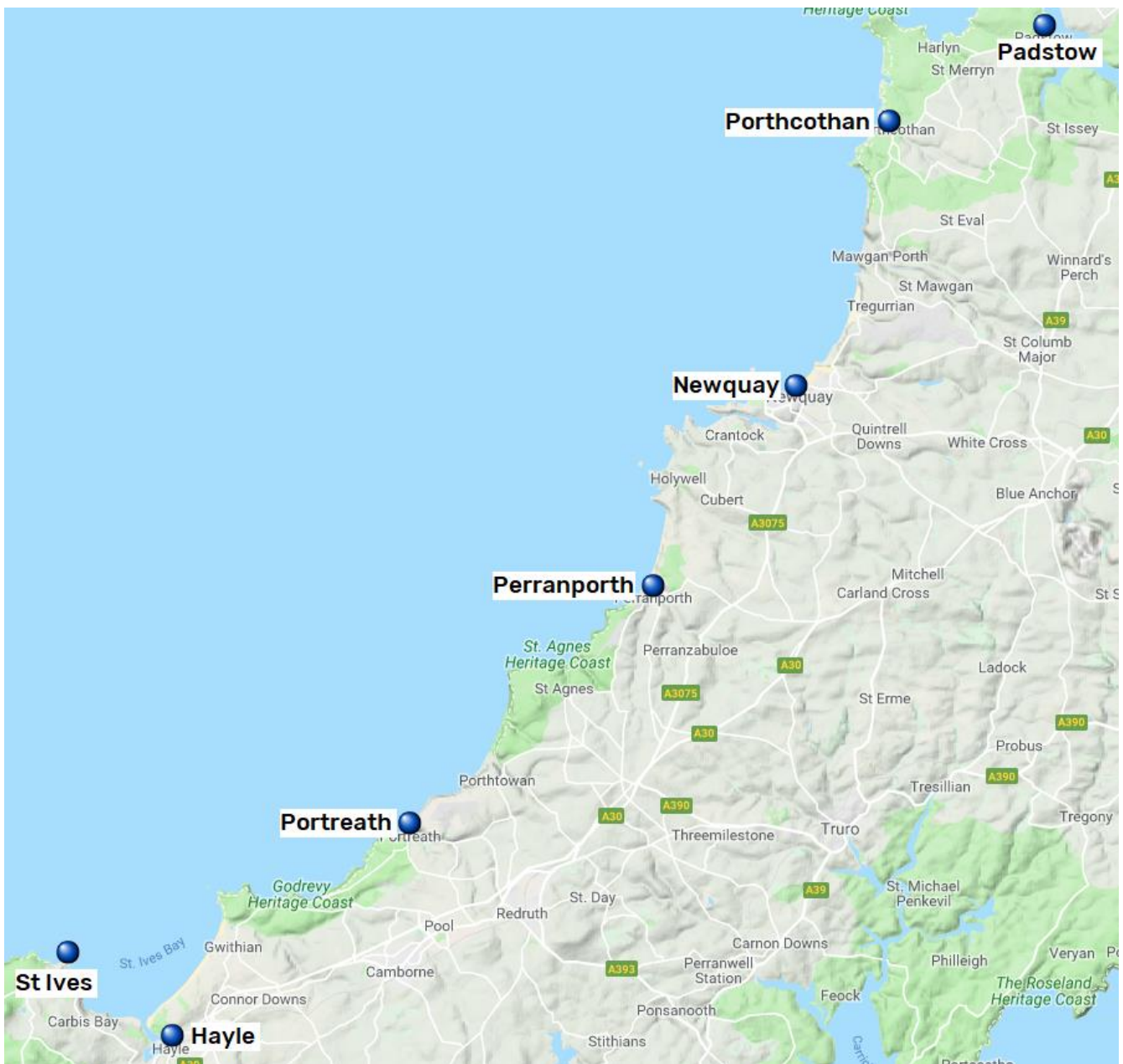
Juli och augusti är de varmaste månaderna följt av juni och september.



För mer information se: www.yr.no

South West Coast Path

South West Coast Path är över 1 000 km lång, och sträcker sig från Minehead i norr till South Haven Point i söder. Det är en utmanande led med mycket upp- och nedförsvandring. Leden bjuder på det allra mesta. Du får vacker natur, rikt djurliv, historia och kultur. Du vandrar längs stränder, hav, klippor och vackra vikar.



Vandra of Sweden AB
Stora Strandvägen 2C
312 72 Skummeslövsstrand
Tel. 0430 – 620 21
E -post: info@vandra.se
www.vandra.se