Vandra i England

South West Coast Path, 6 nätter
Penzance - Falmouth, 5 vandringsdagar

Vandringen börjar i den livliga fiskebyn Penzance med sitt överflöd av konstgallerier och hantverksbutiker. Söderut dominerar den attraktiva kusten och det fantastiska slottet "St Michaels Mount". Vandringen leder runt Lizard och förbi Loe Pool innan det böljande landskapet tar över och leden vänder norrut. Vandringen är bitvis utmanande med en hel del vandring upp- och nerför. När leden når slutmålet Falmouth har du passerat robusta klippor, övergivna vikar, vitkalkade stugor och vackra stränder. Har du tur har du skådat gråsäl i det turkosa vattnet.

Höjdpunkter

- **Slottet St Michaels Mount**
- **Loe Pool – Cornwalls största insjö**
- **Vitkalkade stugor och vackra fiskebyar**
- **Njut av medhavd lunch på en strand i en skyddad vik**
- **Läckra skaldjur i Penzance**

Dag 1 – Ankomst till Penzance
Du kommer till livliga Penzance. En liten stad med många kaféer, restauranger och ett överflöd av gallerier som säljer lokala konstverk.

Dag 2 – Penzance – Porthleven
Du lämnar surret i Penzance bakom dig och börjar vandringen längs Mounts Bay. Ganska snart når du det slående St Michaels Mount – ett slott ute på en liten ö. När tidvattnet tillåter kan du gå ut till ön via den lilla kullerstensbron. Är vattnet för högt går det båtturer. c

Sammanlagd höjdmeter, stigning: 599 m, sänkning: 597 m.
Medel vandring (grad 3) - 23 km

St Michaels Mount

Dag 3 – Porthleven – Lizard
Dagen inleds med ett par kilometers vandring längs stranden innan du når Loe Pool, Cornwalls största insjö. Det är en vacker vy och har du tid, promenera gärna ner om sjön och se vad du kan upptäcka. Det är bland annat en populär plats för fågelskådning. Leden går vidare längs klippkanter och ner till fiskebyn Mullion Cove som är ett bra lunchstopp. Andra halvan av vandringen denna dag kan vara utmanande då det kan vara sankt på sina håll. Men sträckan är en av de bästa i södra Cornwall så vandringen fram till Lizard är mödan väl värd.

Sammanlagd höjdmeter, stigning: 744 m, sänkning: 678 m.
Utmanande vandring (grad 4) - 24 km

Dag 4 – Lizard - Coverack
Med Lizards fyr i ryggen inleder du dagens vandring. Stanna gärna upp och titta tillbaka mot fyren då och då – det är en fantastisk vy. När leden når Kennack Sands kan du bada fötterna i en av alla små ”vattenpölar” med sjögurkor och sjöstjärnor och samla kraft för att fortsätta vandringen uppför berget Black Head Point. Sista biten in till Coverack är lättvandrad.

Sammanlagd höjdmeter, stigning: 622 m, sänkning: 682 m.
Medel vandring (grad 3) - 18 km

Dag 5 – Coverack – Mawnan Smith
Dagen inleds med en kort vandring i inlandet innan du åter igen kommer ut vid kusten och har utsikt över klippor och ”the Macnacles reef”. Leden passerar de tidigare fiskebyarna Porthoustock och Porthallow och terrängen blir mer utmanande. När du passerar förbi Nare Point (en nationell kustbevaknings station) kan du vid rätt väderförhållanden sikta Falmouth. Leden når det lilla samhället Helford beläget precis vid Helford River. Du tar dig över Helford River med färjan och fortsätter din vandring till Porth Saxon där du lämnar leden och vandrar längs stig och väg till Mawnan Smith där ditt boende finns den här natten.

Sammanlagd höjdmeter, stigning: 579 m, sänkning: 482 m.
Utmanande vandring (grad 4) – 23 km

Helford River

Dag 6 – Mawnan Smith – Falmouth
Du lämnar ditt boende och följer vägen fram till Maenporth. I Maenport ansluter du åter till leden och följer den fram till Falmouth. Den

här dagens vandring är lätt du och du passerar några vackra trädgårdar med subtropiska växter. Så har du tid är det värt att göra ett litet extra stopp.Dagen och vandringsresan avslutas i den livliga hamnen i Falmouth där du spenderar din sista natt.

Sammanlagd höjdmeter, stigning: 283 m, sänkning: 277 m.
Lätt vandring (grad 2) – 14 km

Dag 7 – Hemresa
Du har kommit fram till dagen för hemresa, om du inte valt att spendera några extra nätter i Cornwall.

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: **3,2 / 5**
- En vandringsdag är lätt, två dagar är medel och två dagar utmanande.
- Även om du följer kustlinjen är det en hel del vandring upp- och nedför och på sina ställen kan det vara ganska brant. Vissa sträckor vandrar du på stranden.
- Leden ni följer är väl markerad och väl underhållen.
- Total sträcka att vandra är 102 km fördelade på 5 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.

Till Penzance och tillbaka från Falmouth tar det cirka 26 timmar att resa med tåg från/till Köpenhamn.

Flyg
Närmaste flygplats till startplatsen Penzance är:
- Newquay flygplats (67 km)*
- Bristol flygplats (286 km)
- London Gatwick (471 km)
- London Heathrow (471 km)
- London Stansted (564 km)

Närmaste flygplats från slutmålet Falmouth är:
- Newquay flygplats (48 km)*
- Bristol flygplats (267 km)
- London Heathrow (410 km)
- London Gatwick (452 km)
- London Stansted (544 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 tar du lokalbuss eller taxi in till centrala Newquay. Från Newquay går det direktbussar till Penzance några gånger om dagen. Passar inte dessa tider tar du dig till Penzance med tåg och buss, du får då minst ett byte.

Om du ska från Bristol flygplats till Penzance, tar du buss från flygplatsen in till Bristol centrum. Därifrån tar du tåget vidare till Penzance.

Ankommer du någon av Londons flygplatser tar du dig till Reading eller Paddington Station med buss eller tåg där du reser vidare med tåg till Penzance.

Lokala transporter, hemresa
Till Newquay kan du ta dig med antingen tåg eller buss. Det går sedan lokalbussar mellan centrala Newquay och flygplatsen, möjligheten att ta en taxi finns självklart också.

Om du ska till Bristol flygplats tar du tåget från Falmouth till Bristol, och sedan buss från centrum ut till flygplatsen.

Ska du till någon av Londons flygplatser tar du tåget från Falmouth 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 bokat och klart meddelar vi dig via e-brev med program. Vi kan aldrig garantera att dina datum fungerar förrän allt är bokat 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.

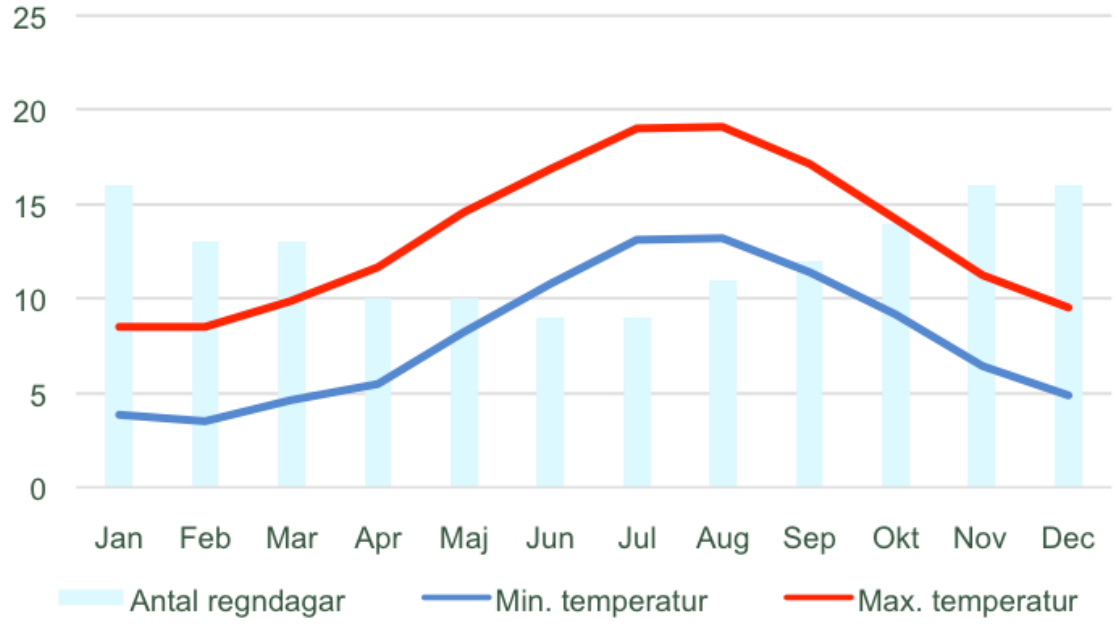
Bokning och information

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