



ITALIANO

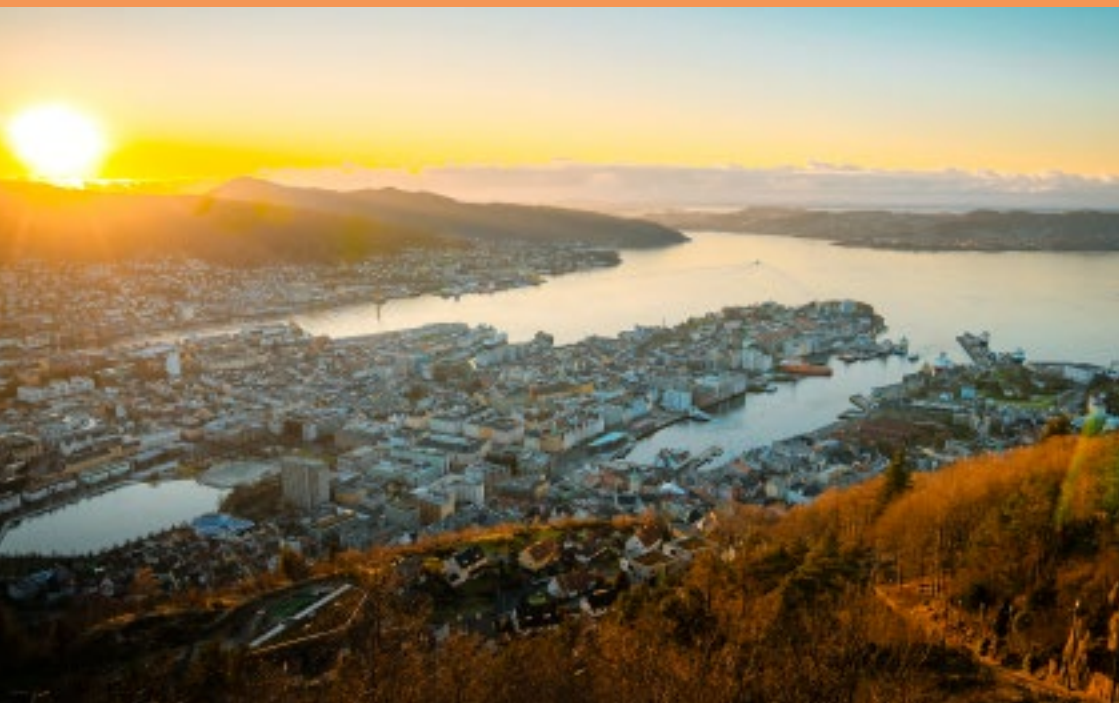


World Heritage City

BERGEN GUIDE

**GUIDA UFFICIALE DI BERGEN
E DELLA SUA REGIONE 2025**

Maggiori informazioni: visitBergen.com



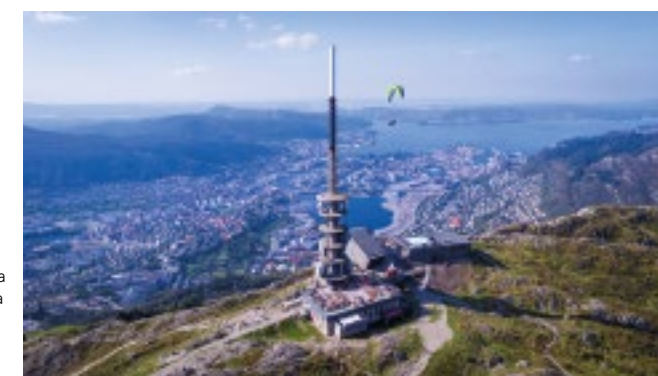


Fløirestauranten

Aperti dalle 11:00-23:00

Benvenuti a Fløyen





ULRIKEN⁶⁴³

Ti diamo il benvenuto sulla montagna più alta di Bergen

La funivia Ulriken ti porta in vetta al Monte Ulriken, il più alto dei sette monti che circondano la città. Fatti travolgere dal panorama spettacolare!

Non puoi dire di essere stato a Bergen prima di averla ammirata dalla cima del monte Ulriken



Ulriken Express: navetta dal centro ogni 30 minuti. Solo 10 minuti di viaggio.



Escursioni mozzafiato nella vera natura d'alta quota



Concediti un'esperienza gastronomica indimenticabile al ristorante Skyskraperen godendoti una vista spettacolare



In alternativa, fai una pausa al bar Ulriken con snack, grigliate e gelati. Anche senza prenotazione



A 643 metri sul livello del mare, ti aspetta la vista più spettacolare su Bergen e la natura che la circonda



Prenota i tuoi biglietti oggi stesso sul sito www.ulriken643.no

Incontra i locali

(attenti agli schizzi!)

Animali veri. Esperienze vere.

Scopri il lato selvaggio della città all'Acquario di Bergen. Tra leoni marini civettuoli, coccodrilli in agguato, pesci colorati e pinguini trotterellanti – vieni a salutare i locali più affascinanti di Bergen!

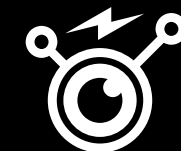
Akvariet.no

Akvariet
i Bergen



**Esplora la
magia della
scienza**

vilvite.no



VILVITE

BERGEN CARD

IL MODO PRATICO E CONVENIENTE PER
ESPLORARE BERGEN, CITTÀ DELLA CULTURA

24/48/72/96H

Per maggiori informazioni
sui vantaggi della
Bergen Card, vedi
pag. 14.

Scansiona e prenota



World Heritage City

visitBergen.com

Visit
Bergen

Bergen
Guide 2025

Capitolo 1.
Benvenuti

BENVENUTI A BERGEN!

Come città europea della cultura, città patrimonio dell'umanità e città creativa per la gastronomia dell'UNESCO, Bergen offre esperienze di livello mondiale e cultura. Bergen rappresenta il cuore dei fiordi norvegesi, e ti regala una combinazione ideale di natura, cultura ed esperienze cosmopolite. Tutto l'anno.

INDICE:

Capitolo 1.	BENVENUTI	9
	1.1 Aiutateci a prenderci cura di Bergen e della sua regione	10
	1.2 Informazioni turistiche	12
	1.3 La Bergen Card	14
	1.4 Destinazione sostenibile	16
	Cartina	20
	10 consigli pratici per escursioni nella regione di Bergen	22
Capitolo 2.	ATTRAZIONI E ATTIVITÀ	23
	2.1 Musei e gallerie	26
	2.2 Chiese	36
	2.3 Sightseeing	37
Capitolo 3.	SHOPPING	39
	Escursioni nei fiordi	40
Capitolo 4.	VESTLAND	48
	4.1 Austevoll	48
	4.2 Nordhordland	50
	4.3 Tysnes	54
	4.4 Øygarden	56
Capitolo 5.	TRASPORTI	60
Capitolo 6.	CARTINA	64

CAPITOLO 1.1

AIUTATECI A PRENDERCI CURA DI BERGEN E DELLA SUA REGIONE

Aiutateci a prenderci cura di Bergen e della sua regione.

Noi che viviamo a Bergen amiamo la nostra città - e amiamo i nostri visitatori. Crediamo che una buona città in cui vivere sia anche una buona città da visitare. Ecco perché incoraggiamo tutti coloro che visitano Bergen e la sua regione ad aiutarci, durante la loro visita, a prenderci cura della nostra natura, del patrimonio dell'umanità, dei nostri quartieri e delle comunità locali. Ecco sette linee guida che speriamo vorrai seguire.

1 Mostrate rispetto verso gli altri

Mostrate rispetto sia per i locali che per gli altri visitatori. Siate rispettosi nei confronti delle persone che lavorano nei negozi, nei musei, nei ristoranti e nelle attrazioni turistiche. Le fermate degli autobus e la stazione ferroviaria sono aree non fumatori. Se visitate montagne o fiordi, ricordate che il silenzio nella natura fa parte dell'esperienza. In Norvegia è consuetudine salutare le persone che si incontrano lungo i sentieri.

2 Usate i cestini dei rifiuti e i bagni pubblici

Vi preghiamo di non lasciare rifiuti in città o nella natura. Usate i cestini pubblici o

portate i rifiuti con voi fino a quando non potrete smaltirli correttamente. Non apprezziamo che le persone facciano i propri bisogni nei parchi cittadini, questo è illegale e può essere pesantemente multato. Ci sono molti bagni pubblici sparsi per la città, usate quelli.

3 Rispettate la proprietà privata

Ricordate che le molte belle case che vedete a Bergen e nella regione sono le case della gente del luogo, e quindi proprietà privata. Si prega di essere attenti nei confronti delle persone che vivono e lavorano in città e rispettare il loro diritto alla privacy. Non entrate nei giardini privati e non fate foto nelle case delle persone attraverso le finestre. Il sito patrimonio dell'umanità di Bryggen è anch'esso proprietà privata. Si prega di essere particolarmente attenti ed averne cura. Non è permesso fumare nei dintorni di Bryggen.

4 Prendetevi cura della natura e della vita selvatica. Rispettate il bollettino meteorologico

La natura è bella ma può essere imprevedibile. Il tempo può cambiare rapidamente nella Norvegia occidentale. Rimanete sui sentieri segnalati quando fate

escursioni. Rispettate la fauna selvatica, specialmente nella stagione primaverile. Portate sempre il vostro cane al guinzaglio. Ciò è obbligatorio tutto l'anno a Bergen e nelle montagne circostanti. Se non siete abituati a camminare nella natura selvaggia, vi consigliamo di utilizzare una guida locale. Chiedete consigli all'ufficio del turismo. Consultate la pagina 22 della nostra guida per ulteriori consigli pratici sull'escursionismo a Bergen e nella sua regione.

5. Valutate qual è il momento più adatto per la visita ai luoghi più conosciuti. Assicuratevi di esplorare tutta la città e l'area intorno a Bergen!

Durante l'inverno c'è molto spazio a Bergen. Tuttavia, per alcuni giorni durante l'estate, aree come Bryggen, il mercato del pesce e Fløyen possono diventare molto affollate. Programmate con attenzione il momento in cui andare a vedere le attrazioni più visitate. Una buona idea potrebbe essere visitare Fløyen di sera e godersi il tramonto dalla cima. Durante le ore più affollate potete anche godervi la vista di Bryggen stando dall'altra parte del porto (Strandkaaien).

Questo è anche il miglior punto per fare foto. Evitando le ore di maggiore affluenza, contribuirete a ridurre i problemi di sovraffollamento e allo stesso tempo avrete una migliore esperienza come visitatore. E ricordate che Bergen è più che il suo centro storico. La regione intorno a Bergen è piena di bellissimi luoghi, vaste opportunità di fare escursioni, molte cascate e un ricco patrimonio culturale. Sfruttate al massimo il vostro viaggio esplorando tutta la zona. E quando siete a Bergen, assicuratevi di esplorare anche diversi quartieri quali Sandviken, Nordnes, Møhlenpris e Nygårdshøyden.

6. Minimizzate il vostro impatto ambientale facendo scelte più sostenibili

Bergen è etichettata come una destinazione sostenibile. Aiutateci a mantenere questo marchio di qualità facendo scelte sostenibili durante la vostra visita.

Optate per hotel, attività e ristoranti a marchio di qualità ecologica. Viaggiate con mezzi pubblici o a bassa emissione. Portate con voi la vostra bottiglia d'acqua e riempietela gratuitamente nelle molte fontane della città. Esplorate il panorama culinario locale e imparate di più sulla nostra storia e la nostra cultura. Potete leggere di più su come rendere il vostro viaggio più sostenibile a pagina 16.

7 Fotografia e droni

Potete fare foto quasi ovunque a Bergen. Alcuni posti - principalmente le gallerie d'arte e i musei - possono avere cartelli che indicano che non è permesso fare foto. Ricordatevi sempre di chiedere alle persone intorno a voi se potete fotografarli. Non è permesso fare foto ai bambini nelle scuole e negli asili.

Per l'uso dei droni si applicano regole particolari. Di solito, non è permesso usare droni nelle aree abitate (come il centro della città) o nei parchi nazionali. Informatevi sulle regole prima del decollo. Potrete saperne di più visitando il sito dell'autorità dell'aviazione civile norvegese.

**Grazie perché avete a cuore la nostra città e la regione di Bergen!
Vi auguriamo un piacevole soggiorno a Bergen.**

INFORMAZIONI TURISTICHE

Situato in centro ed in prossimità del mercato del pesce (l'edificio è chiamato Mathallen) si trova l'Ufficio del turismo di Bergen.

Qui troverai esposizioni e presentazioni su cosa vedere e fare a Bergen e nella Norvegia dei Fiordi. Oltre a ricevere aiuto e consigli gratuitamente, puoi anche acquistare una gamma di prodotti e servizi e cambiare le valute più comuni.

Biglietti per visite turistiche, tour dei fiordi e concerti

Possiamo consigliarti cosa vedere e fare durante il tuo soggiorno a Bergen e i tour dei fiordi che meglio si adattano ai tuoi desideri. Vendiamo biglietti per tutti i più noti itinerari turistici e tour dei fiordi che partono da Bergen. Molti tour iniziano proprio fuori dall'Ufficio turistico.

La Bergen card

Con la Bergen Card ottieni sconti per molte attrazioni, crociere nei fiordi, trasporti pubblici, musei, ristoranti ed altro ancora. Acquista la tua Bergen card all'Ufficio turistico o online su en.visitbergen.com

Brochure gratuite

Abbiamo tutte le brochure di cui hai bisogno per Bergen e la Norvegia dei Fiordi, oltre a mostre che ti guideranno e ispireranno per il resto del tuo viaggio.

Cambio valuta

Abbiamo gli orari di apertura migliori della città per il cambio valuta. Puoi cambiare i tipi di valuta più comuni in corone norvegesi.

Prenota online

Il nostro sito web è sempre aggiornato e ti guida attraverso ciò che è disponibile. Prenota attività ecc. online su visitBergen.com

- Tour dei fiordi
- Attività
- La Bergen card

Bergen Tourist Information Centre

Strandkaiaen 3,
NO-5013 Bergen, Norway
(+47) 55 55 20 00
info@visitBergen.com
www.visitBergen.com

CAPITOLO 1.3

LA BERGEN CARD

CULTURA ED ESPERIENZE

Compra la Bergen card online
su [visitBergen.com](https://visitbergen.com)



Il modo pratico e conveniente per esplorare Bergen, città della cultura.

Con la Bergen card in tasca, viaggi gratis sulla metropolitana leggera di Bergen e sugli autobus in città e nella regione. Hai anche ingressi gratuiti o scontati in musei e attrazioni, vari tour turistici, ristoranti e parcheggi. La Bergen card ti dà accesso ad attrazioni sia nel centro della città che nella regione.

Bergen ha numerosi musei, alcuni con collezioni d'arte uniche e altri che mostrano l'ampia eredità storica della città. Fai un'escursione fino al monte Fløyen e goditi la vista sulla città, sul fiordo e sull'oceano. Vedi da vicino foche, pinguini, coccodrilli e serpenti all'acquario di Bergen, oppure esplora con la tua famiglia il mondo della scienza e della tecnologia al museo della scienza VitVite.

Viaggi gratis su:

- Metropolitana leggera di Bergen – tra il centro città e l'aeroporto di Bergen Flesland
- Servizi di autobus di linea a Bergen e nella regione dell'Vestland (Skyss)
- Nave – dal terminal di Strømkai a Kleppstø (Askøy)

Acquista la Bergen card qui

- Ufficio turistico di Bergen
- Online su: [visitBergen.com/Bergenskortet](https://visitbergen.com/Bergenskortet)
- Bratland camping
- Radisson Blu Royal hotel

Per ulteriori informazioni sui vantaggi della Bergen card, visita en.visitbergen.com/bergen-card

Informazioni importanti sull'uso della carta

La Bergen card è personale. Portala sempre con te e mostrala senza che ti venga chiesto. Viene controllata nei luoghi che accettano la Bergen card. Dai un'occhiata a quanto risparmi utilizzando la Bergen card quando visiti le numerose attrazioni e luoghi d'interesse della città.

Scansiona e prenota



nella guida = gratuito /
prezzo scontato con
la carta di Bergen

DESTINAZIONE SOSTENIBILE

Le destinazioni di viaggio giocano un ruolo chiave nel progresso verso un turismo più sostenibile. Siamo molto orgogliosi del fatto che Bergen è la più grande destinazione in Norvegia ad essere etichettata come Destinazione Sostenibile. Destinazione Sostenibile è un sistema di etichettatura norvegese e un marchio di qualità, che garantisce che le destinazioni si impegnino sistematicamente per diventare via via più sostenibili, in ambiti come la riduzione delle emissioni di gas serra, il potenziamento delle comunità locali, la protezione delle aree naturali e del patrimonio culturale, e la creazione di un impatto economico più positivo dal turismo.

Tuttavia, la sostenibilità non può essere raggiunta senza l'aiuto dei nostri visitatori. Abbiamo quindi messo insieme alcuni consigli che speriamo seguirete al fine di rendere il vostro soggiorno a Bergen un po' più sostenibile. Unitevi a noi nel viaggio per rendere Bergen un luogo ancora migliore in cui vivere e da visitare per le generazioni future!

1. Scegliete trasporti a bassa emissione

Il trasporto è la fonte principale di emissioni legate ai viaggi. Bergen è all'avanguardia mondiale nei trasporti verdi, quindi una volta a Bergen è facile scegliere modalità di trasporto a bassa emissione.

Bergen ha un centro città compatto, e la maggior parte delle attrazioni della città possono essere raggiunte con una **passeggiata** di massimo 15 minuti.

Se volete esplorare la città in **bicicletta** potete noleggiare una delle nostre molte biciclette urbane, chiamate "Bysykkel", sparse per la città. Sono disponibili tutto l'anno (in inverno le ruote sono dotate di chiodi).

Fuori dal centro città potete approfittare di una rete di **trasporti pubblici** ben sviluppata con molti autobus a bassa emissione (alimentati ad elettricità o biocarburanti) o della Bergen Light Rail (metropolitana leggera di superficie). Con la Bergen card avrete accesso gratuito a tutti i trasporti pubblici dell'intera regione di Bergen.

Da Bergen partono giornalmente molti treni per Voss, Flåm e Oslo lungo la Ferrovia di Bergen. La ferrovia utilizza energia rinnovabile fin dal 1964! Il viaggio in treno da Bergen a Oslo è considerato uno dei più scenografici e belli al mondo e dura circa sette ore. Ci sono anche molte corriere regionali che partono ogni giorno da Bergen verso la maggior parte delle città e paesi della Norvegia occidentale e meridionale.

Il terreno accidentato della Norvegia occidentale può rendere difficile esplorare alcune parti della regione utilizzando esclusivamente i trasporti pubblici. Molti scelgono quindi di **noleggiare un'auto** per esplorare la regione. Se state prendendo in considerazione il noleggio di un'auto, vi raccomandiamo di scegliere un'auto elettrica. Bergen ha la più alta concentrazione pro capite di auto elettriche, e la disponibilità di stazioni di ricarica è molto buona in tutto il territorio circostante la città. In questo modo potrete esplorare la regione con la coscienza pulita.

2. Trascorrete uno o due giorni in più nella zona di Bergen

Sapevate che rimanere per un periodo più lungo nella destinazione da voi scelta è una delle cose più importanti che potete fare per ridurre l'impronta ambientale che deriva dal viaggiare? Quando gli ospiti scelgono di rimanere

**Green
Travel**

Cercate nella guida di Bergen le imprese turistiche della regione dotate di "ecolabel" (marchio ambientale).

più a lungo, la domanda di nuovi ospiti in arrivo diminuisce e con essa le emissioni legate ai trasporti. Contemporaneamente la creazione di valore e il numero di posti di lavoro della destinazione possono essere preservati. E restando più a lungo a Bergen avrete anche più tempo per esplorare davvero la città e la regione.

3. Scegliete fornitori di servizi turistici con marchio di qualità ecologica

Cercate una "eco label" quando scegliete un'attività, un posto dove mangiare o un posto dove pernottare. Scegliendo un fornitore di servizi che possiede un marchio di qualità ecologica, potete essere sicuri che l'azienda si impegna a lavorare sistematicamente per la sostenibilità. Il fatto di possedere un simile marchio non vuol dire che l'impresa sia totalmente sostenibile, ma vi dice che essa soddisfa diversi criteri volti a ridurre l'impatto ambientale e che si impegna continuamente al fine di diventare sempre più sostenibile e rispettosa dell'ambiente.

Per trovare un fornitore di servizi turistici con marchio di qualità ecologica a Bergen potrete guardare in questa guida o su VisitBergen.com e cercare il simbolo "Green Travel" (viaggio verde). Lo scopo del simbolo è rendere più facile per i nostri ospiti trovare un fornitore certificato.

I seguenti organismi di certificazione fanno parte del marchio Viaggi Verdi: Ecotourism Norway, Nordic Swan Ecolabel, Eco-Lighthouse, Green Key, ISO 14001 e Blue Flag.

4. Mangiate come la gente del posto

Bergen è una città con orgogliose tradizioni di cucina di mare, con piatti speciali come la zuppa di pesce di Bergen e il **Persetorsk** (merluzzo preparato secondo una ricetta particolare), che bisogna proprio assaggiare. Insieme a pesce fresco e altri prodotti, la regione di Bergen offre anche premiati prodotti locali come il formaggio di Myrdal, il gin Bareksten ed il sidro di Hardanger. Quando acquistate cibo prodotto localmente, contribuite alla conservazione delle tradizioni alimentari locali e dei posti di lavoro. Il cibo prodotto localmente richiede anche meno trasporti e quindi produce meno emissioni sulla sua strada verso il vostro piatto. E sapevate che molti ristoranti di Bergen fanno parte di un'iniziativa per cui insalate e altre verdure vengono coltivate su tetti sparsi per tutta la città?

5. Imparate la cultura e la storia locali

Bergen è una delle città più antiche e più grandi della Norvegia, e possiede quindi un grande patrimonio culturale. Visitando uno dei molti musei della regione di Bergen contribuirete alla conservazione



Kayak per l'ambiente presso il Norges Fiskerimuseum (museo della pesca)

della cultura, delle tradizioni e della storia locali.

Oltre a Bryggen, sito patrimonio dell'umanità dell'UNESCO e all'area della Biosfera dell'UNESCO di Nordhordland, la regione di Bergen è ricca di storia dal periodo medievale alla Seconda guerra mondiale, ha una storia unica per quello che riguarda l'industria tessile, un'università che possiede giardini botanici e molto altro.

6. Esplorate i fiordi con una nave da crociera elettrica

Sapevate che la Norvegia occidentale ha probabilmente la più alta densità di navi e barche elettriche al mondo? Come visitatore potrete farne esperienza godendovi un viaggio a bordo di una delle navi elettriche di "The Fjords" in servizio tra Flåm e Gudvangen. Norway in a nutshell® è un rinomato giro turistico che combina il tragitto in nave con il viaggio sulla ferrovia di Flåm.

7. Scegliete tra una varietà di attività ed esperienze a basso impatto ambientale

Bergen offre una vasta gamma di esperienze a basso impatto ambientale. La funicolare Fløybanen e la cabinovia Ulriken vi fanno raggiungere i punti più panoramici di Bergen. Entrambe sono quasi esclusivamente alimentate dal contrappeso della seconda cabina che, in discesa dalla montagna, tira su l'altra.

Se volete sperimentare come è Bergen dal mare potrete noleggiare gratuitamente dei kayak da Green Kayak, presso il museo norvegese della pesca. In cambio dovrete raccogliere gli eventuali rifiuti che trovate nel bacino del porto.

Bergen è circondata da sette montagne e c'è una miriade di sentieri escursionistici a breve distanza dal centro della città. Se siete poco esperti come escursionisti o volete saperne di più sulla regione mentre camminate, un'alternativa consigliata è un'escursione guidata. Mentre siete in escursione vi preghiamo di rispettare la natura, la fauna selvatica le altre persone; potrete trovare dei consigli pratici per le escursioni in Norvegia a pagina 22 di questa guida.

Grazie per esservi interessati alla sostenibilità durante la vostra visita a Bergen.

CARTINA



FLÅM

Voss

Eidfjord

Hardangerefjorden

Odda

Sognefjorden

Modalen

Vaksdal

Norheimsund

Osterøy

Bergen

Tysnes

Austevoll

Askøy

Øygarden

Alver

Masefjorden

Gulen

Austrheim

Fedje

10 CONSIGLI PRATICI PER ESCURSIONI NELLA REGIONE DI BERGEN

La splendida natura norvegese è per molti uno dei motivi per visitare la Norvegia. Nella regione di Bergen troverete una vasta gamma di opportunità per escursioni. Ma come si può godere della natura in modo sicuro e responsabile? Abbiamo raccolto qui alcuni dei nostri migliori consigli pratici per le escursioni a Bergen e dintorni.

1. È fondamentale indossare abiti adeguati

Per avere una buona esperienza di trekking, l'abbigliamento giusto è fondamentale. Il tempo a Bergen e nella Norvegia occidentale in generale può cambiare rapidamente. Consigliamo quindi di avere sempre nello zaino, come minimo, vestiti caldi e una giacca a vento. Scegliere le calzature da indossare in base alle condizioni del sentiero e tener conto che, anche se il tempo è asciutto, ci potrebbero essere zone umide sul percorso.

2. Hai caldo e vuoi rinfrescarti?

Fare un tuffo durante un'escursione può essere sorprendentemente rinfrescante. È permesso nuotare nei laghi o nel mare, ma nota che non è consentito nuotare nelle zone di approvvigionamento di acqua potabile o in alcune aree protette. Ciò vale, ad esempio, per gran parte delle montagne che circondano Bergen.

3. Sentiti libero di accamparti, ma evita alcune zone

È assolutamente legale dormire in tenda o in amaca nella natura norvegese. Ma il campeggio deve avvenire ad almeno 150 metri dalla casa più vicina, e non è permesso accamparsi in aree coltivate, tra cui parchi, cimiteri o zone utilizzate per l'agricoltura. Puoi rimanere nello stesso posto per due giorni al massimo. Evita di accamparti in o vicino a fonti di acqua potabile. PS: ricorda che il suono si propaga facilmente nella natura e che potrebbero esserci nella tua stessa zona altre persone che dormono all'aperto. Abbassa il volume di eventuali altoparlanti portatili.

4. Fai la foto!

È consentito fotografare quasi tutto in Norvegia, ma se vuoi fotografare delle persone devi prima chiedere loro permesso. Esistono regole speciali per l'uso dei droni. I droni non sono ad esempio ammessi nei parchi nazionali o vicino agli aeroporti. Per ulteriori informazioni sulle norme relative, consulta il sito web dell'autorità per l'aviazione civile: luftfartstilsynet.no/en/. Ricorda che altri potrebbero trarre ispirazione dalle foto che pubblichi sui social media. Evita di pubblicare o diffondere foto o indicazioni per mete che potrebbero essere difficili o pericolose da raggiungere per escursionisti inesperti.

5. E luce sia

Ci sono enormi variazioni stagionali dell'orario in cui il sole tramonta. Durante l'estate può esservi luce per gran parte della giornata, ma in inverno viene buio rapidamente. Prima di partire per un'escursione, è consigliabile controllare a che ora tramonti il sole quel giorno. Consulta anche le previsioni del tempo e programma di tornare indietro molto prima che faccia buio. Metti nello zaino una torcia frontale per sicurezza.

6. Posso accendere un fuoco?

Accendere un falò può essere un'esperienza magica, ma ricorda che esiste un divieto generale di accendere fuochi nel periodo che va dal 15 aprile al 15 settembre. Il divieto vale anche per griglie barbecue usa e getta, bracieri sospesi su treppiedi e altre fonti di fiamma

libera. Credici, l'ultima cosa che puoi desiderare è di essere responsabile di aver causato un incendio boschivo.

Se vuoi accendere un fuoco tra il 15 settembre e il 15 aprile, non danneggiare gli alberi sani mentre raccogli la legna e ricordati di spegnere completamente il fuoco prima di lasciare il posto.

7. Quando la natura chiama

Se stai per fare un'escursione di qualche ora, è bene che ti prepari ad andare in bagno all'aperto. Porta con te ciò di cui hai bisogno. Ricorda che è probabile che anche altri percorrano il tuo sentiero, quindi allontanati sufficientemente dal percorso e porta a casa la carta igienica o i prodotti sanitari in un sacchetto di plastica. Scava una piccola buca nel terreno per nascondere il resto.

8. Non lasciare tracce e rispetta la fauna selvatica

Tutto ciò che porti con te durante il viaggio deve essere riportato a casa. Lascia la natura nelle stesse condizioni in cui l'hai trovata. Porta con te un sacchetto in cui raccogliere i tuoi rifiuti. Puoi anche raccogliere eventuali altri rifiuti che trovi durante il tragitto. Mostra rispetto per la fauna selvatica, soprattutto in primavera, quando nel regno animale abbonda nuova vita. Quando incontri animali selvatici mantieniti sempre a distanza. Ricorda che è vietato togliere le uova dai nidi. Tieni sempre il tuo cane al guinzaglio. Ciò è obbligatorio tutto l'anno a Bergen e nelle montagne della città.

9. Segui il codice norvegese del comportamento in montagna "Fjellvettreglene"

Hai intenzione di fare un'escursione piuttosto lunga in una zona che non conosci? Le montagne possono essere imprevedibili e mancare di copertura telefonica. Serviti di una guida o segui le nove semplici regole del codice norvegese di comportamento in montagna per ridurre al minimo i rischi:

1. Pianifica il tuo viaggio e informa altre persone sul percorso che farai.
2. Adatta i percorsi che pensi di fare alle tue capacità e alla tua forma fisica.
3. Presta attenzione al meteo e al bollettino delle valanghe.
4. Preparati al maltempo e al gelo, anche per brevi spostamenti.
5. Porta l'attrezzatura necessaria ad aiutare te stesso ed altri.
6. Scegli percorsi sicuri. Impara a riconoscere le aree dove possono crearsi valanghe e se il ghiaccio non è spesso a sufficienza.
7. Usa una cartina e una bussola. È importante che tu sappia sempre dove ti trovi.
8. Non vergognarti di fare dietro front.
9. Gestisci bene le tue energie e cerca riparo se necessario.

Nota: In caso di forti piogge e nebbia sulle cime delle montagne, è meglio non intraprendere escursioni impegnative come Vidden o Trolltunga.

10. Hei og god tur!

Dimentica tutto ciò che ti è stato insegnato sugli introversi nordici. Durante le escursioni nella natura, è comune salutare le persone che incontri lungo i sentieri. Di "Hei!" E non aver paura di chiedere agli altri escursionisti informazioni sulle condizioni del sentiero che hai davanti. E poi augura loro "God tur" (Buona passeggiata) dopo la chiacchierata. Grazie di esserti preparato. Rilassati e goditi la natura!

CAPITOLO 2 / ATTRAZIONI E ATTIVITÀ

SPIEGAZIONE DEI SIMBOLI:



Accesso per sedie a rotelle



Caffè



Aperto tutto l'anno



Shopping



Bergen Card



Green Travel

Cercate nella guida di Bergen le imprese turistiche della regione dotate di "ecolabel" (marchio ambientale).

1 AdO arena

All'AdO arena, puoi nuotare in una piscina di 50 metri di alto livello internazionale, tuffarti in quella che è già considerata una delle migliori piscine per tuffi in Europa, imparare a nuotare nella piscina per l'allenamento o lanciarti giù da uno dei nostri scivoli d'acqua.



Lunvegårdskaien 40 / NO-5015 / +47 53 03 62 22 / adoarena.no



2 PRODUZIONE E VENDITA DI ARTICOLI IN ORO E ARGENTO ARVEN

Nella fabbrica e negozio di oggetti in oro e argento Arven, puoi acquistare bellissimi gioielli fatti a mano, articoli per la casa e posate d'argento. Una visita qui è proprio un'esperienza da non perdere. Puoi vedere da vicino la linea di produzione ed i nostri artigiani al lavoro attraverso una parete di vetro lunga 40 metri. Sono disponibili anche visite guidate della fabbrica.



Sandbrogaten 11 / NO-5003 / +47 55 55 14 40 / arven.no



3 ACQUARIO DI BERGEN

L'acquario di Bergen è una delle maggiori attrazioni turistiche di Bergen. Puoi scoprire creature affascinanti provenienti dalle foreste pluviali tropicali, dalle zone costiere, dalle profondità oceaniche e dall'Artico. Abbiamo leoni marini, pinguini, lontre, coccodrilli e molti altri animali; è possibile vederli ogni giorno mentre viene dato loro il mangime e goderti un film nel nostro cinema. Caffetteria/negozio/area giochi.

Nordnesbakken 4 / NO-5005 / + 47 55 55 71 71 / akvariet.no



4 ORCHESTRA FILARMONICA DI BERGEN

L'orchestra filarmonica di Bergen è un'orchestra nazionale ed essendo una delle orchestre più antiche al mondo, può far risalire la propria storia al 1765. Edvard Grieg aveva forti legami con l'orchestra. Si tengono concerti ogni settimana durante la stagione che va da settembre a maggio. I servizi in streaming sono disponibili su [Bergenphilive.no](https://bergenphilive.no).

Grieghallen, Piazza Edvard Grieg 1 / NO-5015 / +47 55 21 62 28 / harmonien.no

**5 FUGA DA BRYGGEN**

Fuga da Bryggen è la più vecchia attività di Escape Room in Norvegia, ed è l'unica al mondo situata in un sito patrimonio dell'umanità dell'UNESCO. Avrai 60 minuti per: fuggire dalla maledizione, disinnescare la bomba, catturare l'assassino e fuggire da Bryggen. Con quattro ambienti, sia al chiuso che all'aperto, abbiamo qualcosa per tutti. Perfetto per famiglie, turisti e altri.

Bryggen 35 / NO-5003 / +47 4737 2273 / escapebryggen.no

**6 FLØIBANEN**

Prendi la funicolare Fløibanen per raggiungere la cima del Fløyen e goderti una spettacolare vista sulla città. Qui troverai il ristorante Fløi, il Fløistuen negozio & caffè, Skomakerstuen, delle aree gioco, delle capre ed un'ampia e variegata zona per passeggiate. In estate, puoi noleggiare una mountain bike o andare in canoa sul lago Skomakerdiket. Benvenuti in montagna!

Vetrlidsallmenningen 23A / NO-5014 / +47 55 33 68 00 / floyen.no

**7 PARCO AVVENTURA "HØYT & LAVT"**

Arrampicatevi, saltate e sfrecciate tra le cime degli alberi. Situato a 11 km dal centro della città, il parco avventura offre viste mozzafiato su Bergen e sulle sue montagne cittadine. Visitalo con gli amici o con tutta la famiglia per una mezza giornata di divertimento senza sosta e piena di azione! Per i più piccoli c'è un parco giochi avventura morbido pieno della magia della foresta.

Osvegen 141 / NO-5227 / +47 482 99 712 / hoeytlavt.no/en/

**8 NORDNES SJØBAD**

Nordnes Sjøbad si trova nel Nordnesparken, non lontano dall'acquario, e a breve distanza a piedi dalla città. È una piscina di 25 metri all'aperto con acqua salata riscaldata ed una piacevole temperatura di 30 gradi, e puoi anche fare un tuffo rinfrescante nel mare. Abbiamo anche spogliatoi e saune calde. La stagione estiva va da maggio a settembre, mentre i bagni invernali si fanno da ottobre ad aprile.

Nordnesparken 30 / NO-5005 / +47 469 04 965 / nordnessjobad.no

**9 ULRIKEN643**

Esplora le montagne nel cuore della città! Prendi la funivia e sali sul "tetto" di Bergen, dove ad attenderti troverai un paesaggio fantastico e splendidi panorami. Inoltre, potrai dedicarti a numerose attività e vivere esperienze culinarie uniche nel ristorante Skyskraperen. Il servizio Ulriken Express Bus collega il centro città alla stazione della funivia ogni mezz'ora dal 1° aprile al 30 settembre. A soli 10 minuti di autobus dalla città.

Haukelandsbakken 40 / NO-5009 / +47 53 64 36 43 / ulriken643.no

**10 MUSEO DELLA SCIENZA DI BERGEN – VILVITE**

Esplora scienza e tecnologia con tutti i tuoi sensi. La mostra è piena di cose divertenti da provare per bambini e adulti. Parti per un viaggio avventuroso dentro il corpo, scopri le energie sostenibili, impara i cicli della natura, pedala in un anello di 360 gradi, fai esperimenti con l'acqua, guarda uno spettacolo scientifico e molto altro.

Thormøhlens gate 51, Møhlenpris / NO-5006 / + 47 55 59 45 00 / vilvite.no



CAPITOLO 2.1 / MUSEI E GALLERIE

11 PRODUZIONE E VENDITA DI ARTICOLI IN ORO E ARGENTO ARVEN

Nella fabbrica e negozio di oggetti in oro e argento Arven, puoi acquistare bellissimi gioielli fatti a mano, articoli per la casa e posate d'argento. Una visita qui è proprio un'esperienza da non perdere. Puoi vedere da vicino la linea di produzione ed i nostri artigiani al lavoro attraverso una parete di vetro lunga 40 metri. Sono disponibili anche visite guidate della fabbrica.

Sandbrogaten 11 / NO-5003 / +47 55 55 14 40 / arven.no



12 MUSEO MARITTIMO DI BERGEN

Tuffati nella ricca storia della navigazione a Bergen e in Norvegia, dall'Età del Ferro ai giorni nostri. Scoprirai modelli navali di alta qualità, imbarcazioni, attrezzature marittime, dipinti e una nuova mostra dedicata all'importanza delle navi nella società dell'epoca vichinga. Il museo stesso è un vero e proprio gioiello architettonico e propone attività per famiglie, uno shop con souvenir e un accogliente angolo caffè. Visite guidate in inglese da giugno ad agosto. Fermata dell'autobus: Møhlenpris.

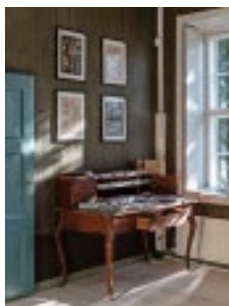
Haakon Sheteligs plass 15 / NO-5007 / +47 55 54 96 00 / sjofartsmuseum.no



13 MUSEO DELLA SCUOLA DI BERGEN

Benvenuti nell'antica scuola di latino di Bergen, risalente al 1706. Il più antico edificio scolastico della Norvegia ospita mostre sul sistema scolastico norvegese e sulla società norvegese dal Medioevo fino ai giorni nostri. Mostra tematica di vecchi manifesti di scienze naturali.

Lille Øvregate 38 / NO-5018 / +47 55 30 80 39 / 55 30 80 30 / bymuseet.no/



14 MUSEO TECNICO DI BERGEN E TRAM STORICO

Un tuffo nella storia della tecnica e dei trasporti di Bergen! Scopri veicoli d'epoca, macchinari storici, presse tipografiche ancora funzionanti e una vera locomotiva a vapore in azione. Durante gli orari di apertura, il tram storico collega il museo al centro città. Corse illimitate incluse nel biglietto. Fai una sosta al bar del museo per un caffè caldo e deliziose cialde (vafler) fatte in casa. Ingresso gratuito per i minori di 18 anni accompagnati da un adulto.

Thormøhlens gate 23 / NO-5006 / +47 950 78 360



Visit
Bergen

Bergen
Guide 2025

Capitolo 2.1
Musei e gallerie

15 MUSEO BJØRN WEST

La storia della squadra della resistenza Bjørn West rappresenta l'interessante storia locale delle ultime ostilità in Europa nel 1945. Il museo ha un'ampia esposizione di attrezzature, foto e film. Piccolo negozio del museo con bibite e snack. Percorsi in auto segnalati. Grandi passeggiate ed escursioni di interesse storico in una natura magnifica. Autobus espresso.

Matre 41 / NO-5984 / +47 469 05 204 / bjornwest.museumvest.no



16 BRYGGEN GUIDING – Un tour guidato con un esperto storico

Un tour guidato attraverso la storia di Bryggen, dal Museo di Bryggen ai suoi iconici edifici in legno, patrimonio mondiale dell'UNESCO. Include l'ingresso esteso al Museo di Bryggen e a Schøtstuene nella stessa giornata. Tutti i giorni. Punto di incontro: Museo di Bryggen. Durata: 90 minuti (in inglese).

Dreggsallmening 3 / NO-5003 / +47 55 30 80 30 / bymuseet.no/



17 MUSEO DI BRYGGEN

Museo archeologico con migliaia di oggetti che offrono uno spaccato interessante della vita quotidiana durante il Medioevo. Scopri come i numerosi incendi cittadini hanno cambiato sia la città che la vita delle persone. Indovina cosa si scrivevano in iscrizioni runiche, proprio di tutto, da dichiarazioni d'amore e poesie a messaggi segreti. In questo modo vedrai Bergen da una prospettiva nuova.

Dreggsallmenningen 3 / NO-5003 / +47 55 30 80 32 / 55 30 80 30 / bymuseet.no/



18 MUSEO COSTIERO DI ØYGARDEN

Il museo è una destinazione perfetta per un'escursione lungo la costa, a soli 50 minuti da Bergen. Godetevi le mostre sulla cultura costiera locale, i tour guidati ad un allevamento di pesci, e magari un tuffo nel fiordo. Venite a scoprire la nostra storia locale attraverso film e mostre, e gustate i tradizionali pancake nel nostro caffè, oppure date un'occhiata al nostro negozio del museo. Bellissima area ricreativa all'aperto per passeggiate, pesca e nuoto.

Museumsvegen 9 / NO-5337 / +47 53 00 61 40 / kystmuseet.museumvest.no



19 DALE OF NORWAY

Scopri la maglieria norvegese di alta qualità firmata Dale of Norway, disponibile in negozi selezionati di Bryggen. Se vuoi vivere l'esperienza completa, visita il nostro Factory Outlet a Dale (a soli 45 minuti da Bergen in auto o in treno) per scoprire l'intera collezione e approfittare di offerte imperdibili su capi fuori produzione. A Dale ti aspetta anche un piccolo museo nella fabbrica, aperto ai visitatori.

Dale of Norway Factory Outlet, Sandlivegen 2 / NO-5722 / +47 415 67 571
www.daleofnorway.com

**20 GAMLEHAUGEN - RESIDENZA REALE, MUSEO E PARCO**

Vi sono visite guidate al museo nel periodo che va dal 1. giugno al 31 agosto. Sentirete parlare del nostro primo primo ministro, Christian Michelsen, e del ruolo da lui avuto al tempo dello scioglimento dell'unione nel 1905. Christian Michelsen fece costruire Gamlehaugen nel 1900, e vi visse fino alla morte avvenuta nel 1925. Dopo la sua morte, Gamlehaugen divenne la residenza reale del Vestlandet. Parleremo anche della storia dell'edificio e dei lavori di restauro.

Gamlehaugveien 10 / 5230 Paradis / +47 414 82 941 / Statsbygg.no

**21 SALA DI HÅKON (Håkons Hall)**

Esplora il castello medievale di pietra della Norvegia, realizzato da re Håkon Håkonsson tra il 1247 e il 1261 per gli incontri reali a Bergen, che al tempo era la città più grande della Norvegia. La Sala di Håkon è stata testimone di eventi cruciali, compresa la promulgazione delle prime leggi norvegesi. Oggi ospita cerimonie e concerti ed è un'attrazione culturale e museo.

Bergenshus Festning / NO-5003 / +47 55 30 80 36 / 55 30 80 30 / bymuseet.no/

**22 MUSEO ANSEATICO E LE SCHØTSTUENE**

Esplora Bryggen dei tempi dei mercanti anseatici. Visita assieme a noi le sale di riunione dei mercanti tedeschi, le "Schøtstuene", e Bryggen, sito patrimonio dell'umanità dell'UNESCO. Durante la stagione estiva sono disponibili visite guidate in diverse lingue. Attività per bambini e posti a sedere nel giardino.

Øvregaten 50 / NO-5003 / +47 53 00 61 10 /
hanseatiskemuseum.museumvest.no/

**23 HAVRÅ**

Partecipa ad un tour unico visitando uno storico insediamento agricolo dove verrà raccontata la storia della fattoria tradizionale di Havrå. La fattoria viene gestita in modo tradizionale con strumenti di una volta. Attraverso il lavoro pratico, Havrå dimostra come venivano usate le risorse locali nel passato. Per poter vedere Havrå è necessario prenotare un tour in anticipo.

Bruvikvegen 272 / NO-5286/ (+47) 959 14 742 / muho.no/havra

**24 MUSEO DI HERDLA**

Herdla è una piccola isola nell'arcipelago a 45 minuti di distanza ad ovest di Bergen ed è la destinazione perfetta per una gita di un giorno. Qui si può pescare, passeggiare lungo le spiagge o fare bird-watching nella riserva naturale. Devi visitare il museo e vedere il relitto di un aereo da combattimento tedesco che aveva come base l'aeroporto di Herdla durante la Seconda guerra mondiale, e le mostre che trattano di storia locale e natura. Caffetteria e negozio.

Herdla fort / NO-5315 / +47 970 94 729 / herdlamuseum.museumvest.no/

**25 JM ATELIERN**

Benvenuti al JM Atelier – scuola e galleria d'arte, dove potete partecipare a un workshop di acquerello o di sketch di viaggio. Perfetto per principianti e esperti. Tutti i materiali sono forniti per immergervi nel mondo affascinante dell'arte e creare un souvenir unico del vostro viaggio!

Lille Øvregaten 6 / NO-5018 / +47 90 94 44 86 / jmatelier.art

**26 SPAZIO ESPOSITIVO KUNSTHALL 3,14 – ARTE CONTEMPORANEA**

L'arte contemporanea nel cuore di Bergen. Vivi un'esperienza che stimola la riflessione; si trova al secondo piano dell'antica Banca di Norvegia, in un edificio del 1845 in stile neorinascimentale ed impero. Le esposizioni ed il programma dal vivo di Kunsthall 3,14 mettono in luce urgenti problematiche sociali e culturali del mondo globale. Ingresso gratuito.

Vågsallmenningen 12 / NO-5014 / +47 55 09 01 10 / kunsthall314.art



27 MUSEO DELLA LEBBRA - OSPEDALE DI S. JØRGEN

Visita un monumento culturale unico e ricco di storie da raccontare. Al momento della morte dei suoi ultimi residenti nel 1946, l'ospedale era stato in funzione per più di 500 anni. Scopri di più sulla lebbra, sulla sua diffusione e sugli sforzi compiuti per eradicare la malattia, che culminarono poi nella scoperta, nel 1873, del bacillo della lebbra da parte di Gerhard Armauer Hansen.

Kong Oscars gate 59 / NO-5017 / +47 55 30 80 37 / 55 30 80 30 / bymuseet.no/

**28 IL CENTRO DELLA BRUGHIERA A LYGRA**

Attraverso la coltivazione attiva del paesaggio, il centro della Brughiera preserva la brughiera e promuove la cultura costiera della Norvegia occidentale. Film, esposizioni, ristorante, cibo locale, passeggiate, visite guidate, panorami, tranquillità, animali al pascolo, noleggio biciclette e possibilità di alloggio.

Lyrevegen 1575 / NO-5912 / +47 56 35 64 10 / muho.no/lyngheiseret

**29 MUSEO DELLA RESISTENZA NEL MARE DEL NORD**

Mostre sulla tragedia di Telavåg, sul movimento di resistenza della costa e la rotta dei rifugiati nel mare del Nord in direzione del Regno Unito durante la Seconda guerra mondiale. Il villaggio di Telavåg fu raso al suolo ed i suoi abitanti mandati nei campi di concentramento tedeschi. L'app 'Telavåg 1942' racconta questa storia. Film. 45 minuti in auto da Bergen. Autobus da 450 a 459, gratuiti con la Bergen card. Su appuntamento fuori stagione.

Årvikadalen 20 / NO-5380 / +47 53 00 61 50 / nordsjofartsmuseum.museumvest.no/

**30 MUSEO NORVEGESE DELLA PESCA**

Immergetevi nel fascino della storia visitando degli autentici magazzini portuali del XVIII secolo. Scoprite il mare, le nostre risorse marine, e la vita dei pescatori attraverso i secoli. Attività per famiglie sia all'aperto che al coperto. Noleggio di barche a remi. Noleggio gratuito di kayak. Porto con imbarcazioni d'epoca. Servizio di traghetto per il museo durante l'estate. NO. ENG. GER. FR. SP.

Sandviksboder 23 / NO-5035 / + 47 53 00 61 60 / fiskerimuseum.museumvest.no

**31 MUSEO DI GAMLE BERGEN / Museo della vecchia Bergen**

Dove gli attori fanno rivivere la storia. Al Museo all'Aperto di Old Bergen, puoi immergerti in questa atmosfera storica esplorando le case di legno dei secoli XVIII, XIX e XX in un ambiente incantevole. Nella piazza, durante tutta la giornata, vengono rappresentati brevi spettacoli teatrali. Provate le tradizionali girelle alla cannella nel nostro caffè e visitate l'antico negozio di generi alimentari.

Nyhavnsvæien 4 / NO-5042 / +47 55 30 80 34 / 55 30 80 30 / bymuseet.no/

**32 IL MUSEO DELLA FERROVIA A VAPORE DI VOSS**

Viaggia indietro nel tempo con il nostro treno a vapore di una volta tra Garnes e Midttun, ad est di Bergen. Il percorso è servito da una delle nostre locomotive a vapore, e vi sono carrozze passeggeri in teak e (in alcune domeniche) una carrozza ristorante con tovaglie bianche, servizio ai tavoli ed un cospicuo menù per il pranzo.

Tunesvegen 8 / NO-5264 / +47 940 53 037 / njk.no/gvb

**33 LA FABBRICA DI MAGLIERIA OLEANA**

Vivi la ricca tradizione tessile e l'innovazione presso la fabbrica aperta di Oleana. Dal 1992, Oleana produce capi d'abbigliamento utilizzando materiali naturali di alta qualità. Passeggia tra i vari piani di produzione, incontra artigiani esperti ed assisti alla trasformazione da filato a capo di abbigliamento. Rilassati nel negozio e nel caffè della fabbrica, immersi nella bellezza del Sør fjorden. Goditi un universo di fiori, colori, motivi e lana.

Ivar Aasgaards vei 1 / NO-5265 / + 47 55 39 32 20 / oleana.no

**34 MUSEO DI OSTERØY**

Il Museo di Osterøy si trova in un incantevole contesto nel paesaggio culturale di Osterøy. I vecchi edifici mostrano come vivevano un tempo le persone nelle campagne fuori Bergen, e attraverso il racconto di storie ed esperienze, il museo collega gli oggetti al patrimonio culturale vivente di tessuti e costumi, tessitura e tradizioni costruttive locali.

Gjerstad 44 / NO-5282 / +47 941 72 250 / muho.no/osteroymuseum



35 TORRE ROSENKRANTZ

Il monumento rinascimentale più importante della Norvegia. Il nucleo interno dell'attuale torre rinascimentale del XVI secolo fu eretto nel XIII secolo dal re Magnus Lagabøte come residenza e torre fortificata. Salite per la scala stretta, buia e tortuosa che vi condurrà dalle segrete del XVI secolo fino alla soffitta dei cannoni. Potrete infine godervi la magnifica vista sulla città dalla cima della torre.

Berghus Festning / NO-5003 / +47 55 30 80 38 / 55 30 80 30 / bymuseet.no/

**36 CENTRO VISITATORI DELL'ACQUACOLTURA STOREBLÅ**

Fai un'esperienza diversa. Il centro visitatori dell'Acquacoltura Storeblå, che fa parte del museo norvegese della pesca, offre un'approfondita e unica visione dell'acquacoltura norvegese. Nella nostra moderna esposizione potrai esplorare ed imparare di più su questa attività. Il centro offre anche gite su barche RHIB ad un allevamento di pesci fuori Bergen dove potrai osservare da vicino i salmoni.

Sandviksboder 1G / NO-5035 / + 47 53 00 61 60 / storebla.no

**37 MUSEO DELL'INDUSTRIA TESSILE**

Visita un museo unico nel suo genere vicino a Bergen. Scopri come la lana viene trasformata in capi di abbigliamento. Visita la Salhus Tricotagefabrik, fabbrica tessile storica risalente al 1859, e scopri l'industria tessile della Norvegia occidentale.

Salhusvegen 201 / NO-5107 / +47 55 25 10 80 / muho.no/tekstilindustrimuseet

**38 MUSEO DEI TROLL DI BERGEN**

Il primo e unico museo di Bergen dedicato a troll e fiabe. Un viaggio nel cuore del folklore norvegese, tra magia, leggende e creature incantate. Un'esperienza unica che unisce arte artigianale, tecnologia in realtà aumentata e installazioni interattive: da non perdere. Apertura: estate 2025. Per aggiornamenti, consulta il nostro sito web.

Øvre Dreggsallmenningen 6 / NO-5003 / +47 97 27 60 88 / trollmuseum.no

**39 CENTRO DELL'EMIGRAZIONE DELLA NORVEGIA OCCIDENTALE**

Un autentico villaggio della prateria sull'isola di Radøy. La chiesa degli emigranti e gli edifici del villaggio della prateria sono stati costruiti da norvegesi-americani negli USA ed in seguito trasportati in Norvegia. Ripercorriamo la storia degli emigranti norvegesi e tracciamo dei paralleli con le migrazioni di oggi. Esposizioni permanenti e temporanee, visite guidate ed esperienze.

Hellandsvegen 541 / NO-5939 / +47 917 12 961 / 55 25 10 80 / muho.no/vestnorsk-utvandringssenter

**SPIEGAZIONE DEI SIMBOLI:**

Accesso per sedie a rotelle



Caffè



Aperto tutto l'anno



Shopping



Bergen Card



**Green
Travel**

Cercate nella guida di Bergen le imprese turistiche della regione dotate di "ecolabel" (marchio ambientale).

**Magic
ICE**

ICE GALLERY & B A R
IL LUOGO PIÙ COOL PER SCALDARE L'ATMOSFERA.

Un mondo fiabesco incantato scolpito nel ghiaccio. Lasciati stupire da opere d'arte in ghiaccio di livello mondiale, giochi di luce, suoni magici e drink serviti in bicchieri di ghiaccio. L'intera l'esposizione permanente è realizzata in ghiaccio cristallino. Ti forniamo noi un poncho e dei guanti caldi prima di entrare nel bar. Un'esperienza fuori dal comune, aperta tutto l'anno e adatta a visitatori di tutte le età.

C. Sundtsgate 50 / NO-5004 / +47 930 08 023 / magicice.no



Scoprire Bergen storica!

BYMUSEET.



bymuseet.no



PASSEGGIATA IN CITTÀ

Bryggen Guiding – Un tour guidato con un esperto storico

Un tour guidato attraverso il passato di Bryggen, dal Museo di Bryggen ai suoi iconici edifici in legno, patrimonio mondiale dell'UNESCO.

Include ingresso esteso al Museo Bryggen e Schøtstuene.

Tutti i giorni. Punto di incontro: Museo di Bryggen. Durata: 90 minuti (in inglese)



HÅKONSHALLEN

Il castello medievale di pietra della Norvegia

Esplora la Håkon's Hall, costruita da re Håkon Håkonsson tra il 1247 e il 1261 per incontri reali a Bergen, all'epoca la più grande città della Norvegia. La Håkon's Hall è stata testimone di eventi epocali, tra i quali l'emanazione delle prime leggi norvegesi.



MUSEO DELLA VECCHIA BERGEN

Rivivi la Bergen del XIX secolo

Goditi un po' di nostalgia immergendoti nella storia di un museo vivente nella Bergen dei secoli XIX e XX ricostruita



MUSEO DI BRYGGEN

Fai la conoscenza del Medioevo

Museo archeologico che comprende migliaia di oggetti che offrono un interessante spaccato della vita quotidiana durante il Medioevo.

CAPITOLO 2.2 / CHIESE

40 CATTEDRALE DI BERGEN

La cattedrale di Bergen è rimasta in piedi, è crollata ed è stata ricostruita in un periodo di quasi 900 anni. Fu dedicata a Sant'Olav intorno al 1150. Da allora la chiesa è stata devastata da cinque incendi e colpita da una palla di cannone nel 1665. La palla di cannone è ancora infissa nella guglia della chiesa a ricordo della battaglia di Vågen.

Domkirkeklassen 1 / NO-5018 / +47 55 59 71 75 / bergendomkirke.no



41 CHIESA DI SANTA MARIA

La chiesa di santa Maria è uno degli edifici più antichi di Bergen, e sicuramente il meglio conservato. Fu costruita durante il XII secolo, probabilmente tra il 1130 e il 1170. I bellissimi oggetti contenuti nella chiesa di santa Maria la rendono decisamente degna di una visita; vi si possono vedere un altare dorato, un pulpito barocco e altre opere d'arte sacra risalenti a periodi diversi.

Dreggsallmenningen 15 / NO-5003 / +47 55 59 71 75 / bergendomkirke.no

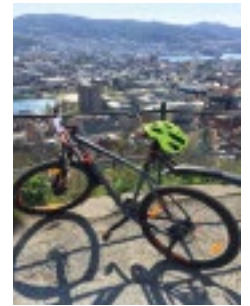


CAPITOLO 2.3 / SIGHTSEEING

42 BERGEN BIKE RENT

Bergen Bike rent è la più grande azienda di noleggio bici di Bergen. Scegli tra bici standard ed e-bike, noleggiabili per mezza giornata o una giornata intera. Probabilmente è il modo migliore per chi vuole esplorare Bergen in un solo giorno. Tour guidati con guide locali alle 10:00 e alle 14:00 (prenota online in anticipo). Ci trovi proprio accanto al molo dove attraccano le navi da crociera.

Bontlabo nr 2 / NO-5035 / +410 68000 / norwayactive.no



43 BERGEN GUIDESERVICE & DMC

Una delle principali aziende di guide a Bergen, che offre solo guide autorizzate e servizi DMC completi. Con un team dedicato di guide esperte autorizzate, offriamo tour in più lingue. Tutti i nostri tour sono privati e su misura. Lavoriamo con efficienza, dedizione e un tocco personale, impegnandoci a preservare il patrimonio e guidare in modo sostenibile.

Holmedalsgården - Bryggen / NO-5003 / +47 934 00 800 / bergenguideservice.no



44 BERGEN SEGWAY

L'unico originale tour operator autorizzato per Segway di Bergen. Per otto anni consecutivi ha ottenuto il certificato di eccellenza. I nostri tour sono adatti a tutti. Vi garantiamo un'esperienza divertente e indimenticabile. I nostri percorsi coprono tutto il centro città di Bergen, comprese fantastiche viste dal lato montagna.

Bontelabo 2 / NO-5003 / +47 471 47 100 / BergenSegway.no



45 I LOVE BERGEN

Unisciti a guide esperte in vari tour di Bergen a piedi e in minibus. I nostri tour si concentrano sulla affascinante storia di Bergen, ma trattano anche della vita quotidiana e di alcuni dei nostri luoghi preferiti ma meno conosciuti. Ci impegniamo nel fornire un'esperienza autentica della cultura locale e desideriamo che tu possa sfruttare al massimo la tua permanenza a Bergen. I nostri tour pubblici sono in inglese e quelli privati in tutte le lingue.

Bredsgården 2e / NO-5003 / +47 940 54 465 / ilovebergen.net





CON LA BERGEN CARD VIAGGI GRATIS SULLA METROPOLITANA LEGGERA E SUGLI AUTOBUS A BERGEN E DINTORNI

Vedi pagg. 14-15

46 MARTINS BERGEN TOURS – TOUR A PIEDI DELLA CITTÀ

Scopri Bergen a piedi con qualsiasi condizione meteo. Con la pioggia? Certo. C'è il sole? A volte. Ma ogni giorno è perfetto per esplorare Bergen con i nostri tour per piccoli gruppi. Scoprirai storie affascinanti sulla storia e la cultura della città, ma anche com'è vivere qui oggi. Tour pubblici in inglese e tedesco prenotabili online. Non vediamo l'ora di darti il benvenuto.

+47 462 41 200 / martinsbergentours.com

**47 NORWEGIAN GUIDE SERVICE**

Vuoi scoprire la magia di Bergen con noi? Con un tour privato personalizzato, sarai accompagnato da una guida esperta pronta a svelarti i segreti nascosti della città. Oppure, unisciti a uno dei nostri tour di gruppo giornalieri per vivere un'esperienza divertente e accessibile, esplorando le bellezze di Bergen in compagnia di altri appassionati viaggiatori. Scegli il tour che fa per te e preparati a immergerti nell'autentica essenza di Bergen!

Skoltegrunnskaiaen 1 / NO-5035 / +47 982 68 221 / norwegianguideservice.no

**CAPITOLO 3 / SHOPPING****48 PRODUZIONE E VENDITA DI ARTICOLI IN ORO E ARGENTO ARVEN**

Nella fabbrica e negozio di oggetti in oro e argento Arven, puoi acquistare bellissimi gioielli fatti a mano, articoli per la casa e posate d'argento. Una visita qui è proprio un'esperienza da non perdere. Puoi vedere da vicino la linea di produzione ed i nostri artigiani al lavoro attraverso una parete di vetro lunga 40 metri. Sono disponibili anche visite guidate della fabbrica.

Sandbrogaten 11 / NO-5003 / +47 55 55 14 40 / arven.no

**49 DALE OF NORWAY**

Scopri la maglieria norvegese di alta qualità firmata Dale of Norway, disponibile in negozi selezionati di Bryggen. Se vuoi vivere l'esperienza completa, visita il nostro Factory Outlet a Dale (a soli 45 minuti da Bergen in auto o in treno) per scoprire l'intera collezione e approfittare di offerte imperdibili su capi fuori produzione. A Dale ti aspetta anche un piccolo museo nella fabbrica, aperto ai visitatori.

Dale of Norway Factory Outlet, Sandlivegen 2 / NO-5722 / +47 415 67 571
www.daleofnorway.com

**50 LA FABBRICA DI MAGLIERIA OLEANA**

Vivi la ricca tradizione tessile e l'innovazione presso la fabbrica aperta di Oleana. Dal 1992, Oleana produce capi d'abbigliamento utilizzando materiali naturali di alta qualità. Passeggia tra i vari piani di produzione, incontra artigiani esperti ed assisti alla trasformazione da filato a capo di abbigliamento. Rilassati nel negozio e nel caffè della fabbrica, immersi nella bellezza del Sør fjorden. Goditi un universo di fiori, colori, motivi e lana.

Ivar Aasgaards vei 1 / NO-5265 / + 47 55 39 32 20 / oleana.no



ORARI DI APERTURA E PREZZI

Maggiori informazioni: visitBergen.com



Quando vuoi veramente goderti Bergen e l'Hordaland, viaggia in corriera, nave e ferrovia leggera.

skyss Visitare skyss.no per gli orari delle partenze ed ulteriori informazioni.



Foto Fred Jensen

Norway in a Nutshell®

Il tour più popolare della Norvegia



Partenze giornaliere
tutto l'anno

Questo tour leggendario ti porta attraverso il meglio dei fiordi mozzafiato e dei paesaggi montani della Norvegia.

I principali eventi del tour

- La famosa ferrovia di Flåm e la bellissima cascata di Kjosfossen
- Una crociera elettrica silenziosa sul fiordo Nærøy, patrimonio dell'UNESCO elencato Patrimonio dell'Umanità
- La pittoresca ferrovia di Bergen
- Autobus attraverso la bellissima valle di Nærøy

Il tour può essere effettuato come una gita di un giorno da Bergen ritorno a Bergen o da Bergen a Oslo.

Prenota su fjordtours.com

Sognefjord in a Nutshell™

Un viaggio panoramico sul fiordo più lungo della Norvegia



Partenze giornaliere
dal 1 aprile al 31
ottobre

Photo: Paal Audestad

Viaggia attraverso il cuore del fiordo norvegese e paesaggi di montagna sul famoso Sognefjord.

Momenti salienti del tour

- Battello veloce sul famoso Sognefjord
- Incantevoli villaggi locali lungo il percorso
- La spettacolare ferrovia di Flåm e la cascata Kjosfossen
- La pittoresca ferrovia di Bergen

Il tour può essere effettuato come una gita di un giorno da Bergen ritorno a Bergen o da Bergen a Oslo.

Prenota su fjordtours.com

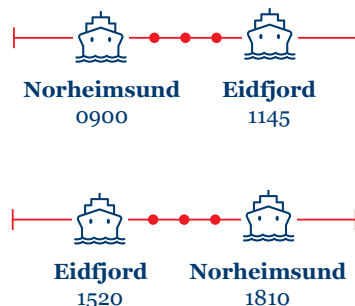
WOW

Photo: Visit Hardangerfjord

Crociera sull'Hardangerfjord

Scegli la nostra crociera sull'Hardangerfjord, lungo 179 chilometri, noto anche come "La regina dei fiordi"!

Il traghetto parte dalla località di Norheimsund e ti conduce fino alla fine del fiordo, nella località di Eidfjord. Numerosi collegamenti in autobus sono disponibili da/per Bergen, offrendo ottime possibilità per scoprire la regione Hardanger. Lungo il fiordo incontrerai piccole affascinanti località circondate da maestose montagne dalle cime innevate e alberi da frutto in fiore. Oltre ad Eidfjord, il traghetto effettua fermate a Herand, Utne, Lofthus, Kinsarvik e Ulvik. Ci sono tutti i presupposti per vivere a pieno fiordo e montagna, che tu voglia fare un'escursione di un giorno o di più giorni. L'Hardanger ti aspetta!



I biglietti possono essere acquistati online, a bordo o presso l'Ufficio Informazioni di Bergen

Per maggiori informazioni, scannerizza il codice o visita il sito www.norled.no



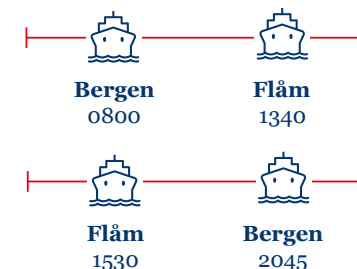
WOW

Photo: Visit Sognefjord

Crociera sul Sognefjord a Flåm

Vieni a scoprire la crociera sul Sognefjord, il più lungo e profondo fiordo della Norvegia, conosciuto anche come "Il re dei fiordi".

A bordo potrai goderti il panorama dalle vetrate del salone o uscire sullo spazioso ponte per un'esperienza rinfrescante nel "cuore" della Norvegia dei fiordi. Il traghetto parte dal terminal Strandkai di Bergen e ti porta fino a Flåm. Tuttavia, è possibile anche fermarsi in una delle affascinanti piccole località situate lungo il fiordo come Vik, Balestrand, Leikanger o Aurland. Qualunque sia la tua scelta, ti garantiamo una fantastica esperienza sul fiordo. Durante il viaggio verso Flåm si attraversa una parte del fiordo di Nærøy, uno spettacolare braccio del Sognefjord, che fa parte del Patrimonio dell'Umanità Unesco!



I biglietti possono essere acquistati online, a bordo o presso l'Ufficio Informazioni di Bergen

Per maggiori informazioni, scannerizza il codice o visita il sito www.norled.no



Goditi un'avventura nel fiordo con montagne scoscese e maestose cascate



Unisciti a noi in questa crociera sui fiordi da Bergen attraverso scenari mozzafiato. L'equipaggio ci guida in sicurezza attraverso le fortissime correnti degli stretti Mostraumen verso il bel villaggio di Modalen. Avvicinati a montagne spettacolari e cascate da cartolina e senti scendere su di te un senso di pace in questi paesaggi da favola.

Il viaggio di andata e ritorno dura 3-3,5 ore.

Partenze tutto l'anno.

Photos: Robert Strand & Tom Gulbrandsen

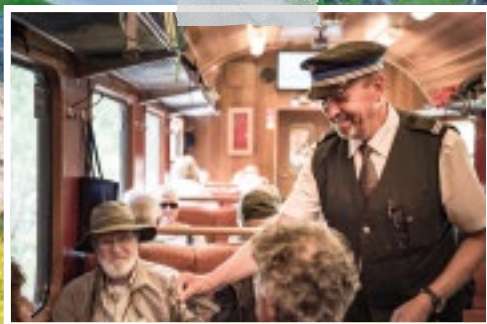


Scansiona e prenota



Per maggiori informazioni, orari delle partenze e prezzi, consulta rodne.no

Norway's™
best cartolina_



Scopri i paesaggi più
spettacolari della Norvegia
con **Travel North**

Guide esperte
e pasti inclusi

- Vøringsfossen
- Lo scenografico Hardanger
- Lago glaciale Bondhus
- Nærøyfjord & Flåm
- Safari tra le cascate
- Viaggi culinari



Prenota all'Ufficio
Turistico di Bergen o
scansiona il QR



www.travelnorth.com

La famosa Ferrovia di Flåm

Dove i fiordi e le montagne si incontrano in un paesaggio spettacolare. Scopri la bellezza della Norvegia a bordo della Ferrovia di Flåm.



Prenota direttamente
norwaysbest.com



Travel North

Tour giornalieri, perfezionati!

CAPITOLO 4 / VESTLAND

AUSTEVOLL ARCIPELAGO DI 667 ISOLE E ISOLETTE

Bekkjarvik.



LE ESPERIENZE DI NATURA ABBONDANO AD AUSTEVOLL

L'arcipelago di Austevoll si trova tra Bergen e Stord, ed i suoi villaggi più grandi sono Storebø e Bekkjarvik.

Puoi prendere la barca dal Strandkai-terminalen nel centro di Bergen fino a Bekkjarvik. C'è anche un traghetto da Krokeide a Hufthamar per coloro che hanno l'auto.

Se hai in programma di visitare Bekkjarvik, dovresti assolutamente cogliere l'opportunità di visitare la **Bekkjarvik Gjestgiveri**, situata in un ambiente idilliaco accanto al porto. Questa locanda, costruita alla fine del XVII secolo, è a gestione familiare e offre ancora oggi la possibilità di pernottamento. Quando visiterai Austevoll, assicurati di andare al Ristorante Mirabelle di Ørjan Johannessen. Precedente vincitore del Bocuse d'Or, Ørjan Johannessen crea esperienze culinarie di alto livello insieme al fratello Arnt.

Da Bekkjarvik, puoi anche andare a pescare allo **sbocco del fiordo sul mare**, per una giornata di pesca, salsedine e storie di pirati. Sulla barca locale

MS Tjelden, puoi fare il giro delle isole di Austevoll (servizio offerto da Norled). Puoi scegliere di rimanere sulla barca e goderti il giro completo, oppure scendere e prendere un'altra barca per la destinazione successiva.

Austevoll è un paradiso per i ciclisti ora che le isole più grandi sono state collegate da ponti. Strade buone e tranquille e panorami magnifici rendono fantastico andare in bicicletta. Puoi noleggiare una bicicletta se non hai con te la tua. A Bekkjarvik puoi anche noleggiare una tavola SUP o un kayak.

NORDHORDLAND

REGNO DEI FIORDI

SUBITO FUORI BERGEN

Osterfjorden.



LA ROTTA MARINA È STATA LA PRINCIPALE ARTERIA DEL NORDHORDLAND FIN DAI TEMPI DEI VICHINGHI

Nel Nordhordland, tra Bergen ed il Sognefjord, potrete scoprire splendidi fiordi, natura incontaminata e stretti bracci di mare con forti correnti.

Animali e persone hanno creato un meraviglioso paesaggio di brughiere colorate e affascinanti muri a secco come protezione dagli elementi. Il Nordhordland a nord di Bergen è un gioiello per le esperienze naturalistiche, per la sua appassionante storia dell'emigrazione e per le attività che sicuramente vi faranno emozionare, scompigliare i capelli nel vento e scatenare risate e gioia.

Il fiordo appena fuori Bergen

La rotta marittima è il modo più bello per raggiungere il Nordhordland. Ogni giorno, tutto l'anno, potete prendere un battello turistico lungo il bellissimo paesaggio dei fiordi del Nordhordland. L'esperienza naturale inizia non appena salite a bordo, passato il ponte di Nordhordland, Alverstraumen e l'isola di Osterøy. Negli angoli più remoti del fiordo di Osterfjord, la barca vi conduce attraverso l'angusto stretto di Mostraumen, con le sue forti correnti, fino a **Modalen**. Questo viaggio

rappresenta una perfetta esperienza di fiordo, con montagne a picco e cascate, fattorie incantevoli e piccoli villaggi, fauna e fresca aria di mare.

Il salvavita che ha plasmato la terra e la gente

Tracce delle prime persone che si insediarono lungo la costa si possono trovare, tra gli altri luoghi, a **Fosenstraumen** e a **Skipshelleren**. Circa 4.500 anni fa, la gente qui iniziò ad allevare le pecore. Le pecore si sono perfettamente adattate al clima rigido, con il loro naturale "impermeabile" su uno strato caldo di lana. Ullruta – (la rotta della lana) racconta come le pecore siano diventate un salvavita per le persone che vivevano lungo la costa.

Al **Centro delle Brughiere di Lygra**, potrete scoprire come i contadini coltivavano le brughiere a pascolo per i propri animali. Il **Museo di Osterøy** racconta la storia di come i vichinghi



Lyngheisenteret.

inventarono il primo impermeabile, il 'Varafell'. Potete anche scoprire come la lana fu utilizzata nella produzione di massa di abiti al **museo dell'industria tessile**. Al **Centro dell'emigrazione della Norvegia occidentale a Sletta**, potrete ascoltare storie sui norvegesi che portarono la lana con sé nelle praterie quando emigrarono in America.

Oggi, le nuove generazioni stanno riscoprendo questo forte e sostenibile prodotto naturale, ed amano imparare antiche tecniche e disegni. I rinomati marchi, **Hillesvåg Ullvarefabrikk**, **Dale of Norway**, **Oleana** e **Norlender**, che ancora utilizzano la lana nei loro prodotti di design norvegese di alto livello, hanno sede nel Nordhordland.

Le passeggiate nelle bellissime montagne di Stølsheimen sul Masfjorden, tra il Sognefjord e le montagne Vossefjellene, offrono notevoli esperienze naturalistiche e storiche. A Matre, troverete il **museo Bjørn West**, dove potrete scoprire di più sui drammatici combattimenti che ebbero luogo sulle montagne di Stølsheimen verso la fine della Seconda Guerra Mondiale. L'area presenta un paesaggio vario e maestoso, con cascate e passeggiate

spettacolari che vanno dal fiordo alle montagne. La **Stordalen Fjellstove** è un buon punto di partenza per le passeggiate e offre anche escursioni guidate, alloggio e buon cibo.

Fedje - il villaggio nel mare

Fedje è un'isola sul bordo dell'oceano con una popolazione di poco più di 500 persone. Potete soggiornare al **faro di Hellisøy** e godervi la vista panoramica. Visitate l'Ufficio turistico nel caratteristico negozio sul molo. Dopo una piacevole passeggiata nella brughiera costiera, potrete gustare un delizioso pasto in uno dei ristoranti dell'isola. Vi è anche una piscina. Il modo più semplice per arrivare a Fedje è prendere il traghetto da **Sævrøy** ad Austrheim.

Gulatinget - il parlamento ed il tribunale dei vichinghi

La Norvegia occidentale ha giocato un ruolo importante nella storia fin dall'epoca dei vichinghi. Il re Harald dai Bei Capelli (Hårfagre) (che ha regnato dal 872 al 931) fondò il **Gulating a Gulen**. Fu una delle più antiche e grandi assemblee legislative dei paesi nordici, e la "Gulatingssloven" è stata una delle leggi più antiche. Vichinghi provenienti da tutta la Norvegia occidentale si radunavano qui ogni anno



Tingveggen.

per incontrare il re, discutere questioni politiche, adottare leggi ed emettere sentenze.

Sono ancora presenti a Eivindvik una croce anglicana ed una croce celtica risalenti all'11.mo secolo. Esse segnalano quello che si ritiene essere il sito originale del Gulating. Al **Sito del Millennio del Gulatinget** a Flolid, l'altro sito legato al Gulating a Gulen, è possibile vedere le maestose installazioni "Tingveggen", "Tinghella" e "Eldsirkelen" realizzate dall'artista Bård Breivik.

Il parco è aperto al pubblico, e sono disponibili visite guidate per gruppi, tutto l'anno. Pranzo a base di **"tapas" vichinghe** su prenotazione (min. 15 persone). Durante l'estate i visitatori possono unirsi alle visite guidate in determinati orari. Dei sentieri culturali sono stati creati in entrambi i luoghi, ed i visitatori possono seguire la propria personale visita guidata utilizzando un telefono cellulare o un iPad.

Osterøy - un viaggio tra fiordo e montagne

Osterøy è un'isola interna, circondata da bellissimi fiordi su tutti i lati. Quest'isola è ideale per fantastiche esperienze naturali e culturali. Nella tua lista dei desideri

dovrebbero figurare un'escursione alla vetta di Bruviknipa e una visita a Mjøs vågen, dove potrai trovare lo spaccio di villaggio **Mjøs vågen landhandleri**, la storia industriale e i prodotti **Norlender**.

Paradiso per sport acquatici e pesca d'altura

In questa regione, puoi divertirti a tuo piacimento con attività piene di azione. A **Kilstraumen Brygge**, esperti di sport acquatici in mare garantiscono che tutto si svolga in un ambiente sicuro. Che ne dici di fare immersioni in apnea con pinne e snorkel sulla superficie del mare, mentre guardi i pesci nuotare sotto di te? Il piacere di pagaiare in canoa in tranquilli laghi d'acqua dolce nel **Nordhordland** è un segreto ben custodito. Noleggia una canoa al **Bruvoll Camping** a Hundvin e vieni ad esplorarli tu stesso.

Vaksdal

Vaksdal si trova tra Bergen e Voss, e tra il fiordo e le montagne. La ferrovia di Bergen ha una fermata a Dale, che è la porta d'accesso alla fantastica area escursionistica di Bergsdalen.

TYSNES – IL LUOGO PER GRANDI ESPERIENZE CULINARIE

Il molo di Våge – Tysnesfest.



CON L'OCEANO AD OVEST E L'HARDANGERFJORD AD EST

Tysnes non è solo un'isola, ma un gruppo di isole, che coprono circa 255 chilometri quadrati.

Molte persone potrebbero associare l'isola di Tysnes al festival **Tysnesfest**, un festival musicale, adatto alle famiglie, che ha luogo vicino al mare. Tuttavia, Tysnes ha molto altro da offrire. L'isola è caratterizzata da zone di roccia costiera levigata e brughiere a ovest, mentre a est il paesaggio si trasforma in montagne elevate e ampie aree di foresta e l'Hardangerfjord. Inoltre, possiede un **incantevole arcipelago** perfetto per escursioni in barca con possibilità di pesca.

Tysnes è diventata gradualmente nota anche per le **esperienze culinarie**. Sul molo di Våge, troverete il **Mandelhuset** proprio sul mare, dove preparano ottimo cibo con sapori autentici, basati su prodotti freschi e locali. Il ristorante acquista sul molo pesce e frutti di mare dai pescatori locali, patate e carne bovina dalla fattoria vicina e frutta e mele vengono raccolte sull'isola.

Quando visitate Tysnes, dovrete mettervi gli scarponi da trekking e camminare fino alla cima della montagna. **Tysnessåta** si trova in una splendida posizione nel centro dell'isola e dalla cima, ad un'altitudine di **751 metri**, potrete godere di una vista magnifica sul Bjørnefjord, Myrdal, Os e Fusa. Se preferite un'escursione più facile, è consigliato il **Ramnanuten** (230 metri). La passeggiata inizia a Våge ed è adatta a tutta la famiglia. Dalla cima ci sono viste magnifiche su Tysnesbygden e il Bjørnefjord.

Per arrivare a Tysnes da Bergen, si prende il traghetto da Halhjem (da dove parte anche il traghetto per Sandvikvåg sull'isola di Stord), che si trova a circa 35-40 minuti di auto dal centro di Bergen. Il traghetto va a Våge.

ØYGARDEN

LA COSTA DIVENTA IL TUO TERRENO DI GIOCO

Rongesundbro, Øygarden.



LA COSTA AD OVEST DI BERGEN È IDEALE PER VIVERE ESPERIENZE ATTIVE, INVIGORENTI ED ENTUSIASMANTI

Ad un tiro di schioppo dalla città potrete partecipare ad attività spettacolari lungo la costa ed assaggiare incredibili preparazioni culinarie a base di pesce.

Quando i ghiacci si sono ritirati, circa 10.000 anni fa, hanno lasciato migliaia di isole che fanno pensare ad una collana di perle. Quando le tempeste invernali sferzano la costa, ci si sente impotenti di fronte alle forze della natura.

Il faro di Marstein si erge nell'oceano come una guida affidabile per chi si dirige verso Bergen via mare. È possibile trascorrere la notte nel faro e stare a guardare il cielo che esplode in mille colori mentre il sole sparisce dietro l'orizzonte.

Nel regno dell'aquila di mare
Nel paesaggio costiero vi è una ricca fauna aviaria, con più di 236 specie di uccelli. L'aquila di mare, uno dei più grandi uccelli rapaci al mondo, ne è il re incontestato. Vi trovate ora nel **regno dell'aquila di mare**. Le riserve naturali di **Tjeldstømarka a Øygarden** e **Herdla su Askøy** sono perfette per il bird watching. Vivi la natura da vicino facendo una passeggiata lungo

il Sentiero costiero del Mare del Nord (North Sea Trail) ed i sentieri lungo costa a Øygarden. Ci sono ottime possibilità che possiate intravedere un'aquila di mare che si tuffa per catturare la sua cena.

Con il mare come terreno di gioco
La regione ad ovest di Bergen offre una molteplicità di attività che utilizzano appieno lo stupendo paesaggio costiero. Scopri cosa si prova a pescare un grosso pesce nelle aree pescose al largo di **Sotra e Øygarden**, perfette per la **pesca d'altura**. Potrai fare parte dell'**arcipelago** e del mare pagaia su un kajak di mare. Senti la potenza delle forze della natura e la scarica di adrenalina mentre cavalchi le onde. Cerca un rifugio per la notte, goditi le serate lunghe e chiare e la vista panoramica di un cielo stellato.

Percorrete i sentieri lungo costa sull'isola di Golta e godetevi la vista dell'intero **orizzonte**. Fate una passeggiata sugli



Sotra.

scogli e saltate in mare per provare il coasteering. Il **Panorama Hotell & Resort** offre una vasta gamma di attività, esperienze e possibilità di alloggio. Fate un'escursione guidata con **Dive Bergen** nell'acquario gigante della natura, nuotando tra banchi di pesci, fauna bentonica, vecchi relitti di navi e bellissime formazioni rocciose.

Un vero paradiso per chi raccoglie conchiglie, apneisti, subacquei e cercatori di relitti. Anche gli animi più avventurosi sentiranno una scarica di adrenalina sulle pareti per arrampicata più spettacolari della Norvegia.

Uno degli scrigni del tesoro di reperti di guerra più grandi della Norvegia

Questa zona è un vero e proprio scrigno del tesoro per chi è interessato alla storia della guerra e dell'occupazione.

Anche i musei che fanno parte di **Museum Vest** regalano ai visitatori la comprensione dell'autentica cultura costiera, ed uno sguardo retrospettivo alle generazioni che hanno tratto sostentamento dalla generosità del mare fin dall'Età della pietra. L'incredibile storia raccontata al **Museo del Traffico del Mare del Nord** e al

Museo Costiero di Øygarden è valorizzata dal bellissimo contesto – il paesaggio, la vista, l'aria e il mare. Scopri uno dei più noti episodi della resistenza, poi culminato nella tragedia di Telavåg. La storia di Fjell, Sund e Øygarden conferisce alla regione un'identità unica che si può capire solo visitandola.

Sapori che intensificano l'esperienza

Per godere appieno della costa occorrono tutti i sensi. Su una piccola isola dell'arcipelago, puoi deliziare le tue papille gustative con alcuni dei sapori più esotici che la costa ha da offrire. **Bergen Fjord Adventure** organizza eccitanti escursioni nell'arcipelago. Parti in un viaggio di scoperta durante la bassa marea alla ricerca di alghe, kelp, lumachine di mare, conchiglie e granchi comuni e osservali trasformarsi in un'esperienza culinaria indimenticabile.

Cornelius Sjømatrestaurant (ristorante di pesce) è uno dei migliori ristoranti della Norvegia; lì vengono serviti gli ingredienti più freschi direttamente dal mare con un **menù meteorologico** unico adattato al tempo ed agli ingredienti disponibili. Ci sono partenze giornaliere in barca per Cornelius da Bryggen a Bergen, ed il



Cornelius Sjømatrestaurant.

viaggio dura 20 minuti. Tempo sufficiente a stuzzicare l'appetito prima del tuo delizioso pasto.

Le **pecore selvatiche** pascolano sulle isole lungo la riva dell'oceano. La costa ha plasmato sia la terra che la vita delle persone per migliaia di anni lungo questa costa esposta alle intemperie. Erica, sale marino e aria di mare fresca conferiscono all'**agnello Strilalammet** il suo delizioso sapore, e questo prodotto sta rapidamente diventando un ingrediente molto ricercato lungo la costa di Bergen. Tuttavia, le grandi esperienze culinarie non sono fatte solo di grandi ingredienti. Godersi un pasto nell'ambiente giusto ne migliora l'esperienza. Nei giorni di bel tempo, le porte scorrevoli vengono aperte e piatti estivi vengono serviti sui tavoli disposti sul molo. Nei giorni di brutto tempo, accendiamo candele nei salotti, accendiamo il fuoco nel camino e serviamo cibi dai sapori più intensi.



Il pesce è più buono appena pescato.



Lanciati nell'oceano con il coasteering.

CAPITOLO 5. TRASPORTI

DA
QUI

Visit
Bergen

Bergen
Guide 2025

Capitolo 5.
Trasporti

Per vedere il meglio di Bergen, è importante spostarsi in modo efficiente dal punto A al punto B per sfruttare al meglio il proprio soggiorno.

Il vanto del trasporto pubblico di Bergen, la Bergen **light rail**, è un servizio di metropolitana leggera con due linee. La linea 1 opera tra Byparken nel centro della città di Bergen e l'aeroporto di Bergen Flesland, mentre la linea 2 opera tra Byparken ed un sobborgo chiamato Fyllingsdalen. I biglietti possono essere acquistati online, nell'app Skyss e nelle biglietterie automatiche presenti ad ogni fermata della metropolitana leggera. Poiché la Bergen light rail percorre in gran parte un tracciato separato dal resto del traffico e ha la precedenza ai semafori, essa rappresenta una forma di trasporto più efficiente rispetto ai normali tram cittadini. Le numerose fermate nelle aree centrali rendono la Bergen light rail un mezzo di trasporto popolare tra locali, turisti e visitatori. In molte delle fermate, come a Byparken e Lagunen, ci sono buone connessioni con gli autobus per coloro che desiderino continuare a spostarsi con i mezzi pubblici.

Gli autobus sono forse il mezzo più flessibile per spostarsi con i mezzi pubblici dentro ed intorno a Bergen. Una rete ben sviluppata di autobus di linea copre la città di Bergen, Osterøy, il nord di Bergen, il sud di Bergen, Os, Hardanger, Voss e Austevoll, portandovi vicino alla vostra destinazione. Le linee principali coprono ampie aree della regione di Bergen, e gli autobus espressi trasportano rapidamente i passeggeri alle stazioni degli autobus dei diversi quartieri.

I biglietti possono essere acquistati nei chioschi o col cellulare con una app online. La Bergen Card consente di viaggiare gratuitamente sui servizi di autobus e sulla Bergen Light Rail di Skyss a Bergen e nell'Hordaland.

Oltre a permettervi di risparmiare denaro e trasportarvi in modo efficiente verso le destinazioni della regione, può anche offrire un'ottima opportunità per vedere le aree intorno a Bergen. Con la Bergen Card in tasca, siete liberi di andare dove volete e quando volete, gratuitamente. Potete, ad esempio, prendere la Bergen Light Rail per Troidhaugen e la Chiesa in legno di Fantoft, o un autobus per il Museo della Vecchia Bergen o l'Hardangerfjord.

Se volete muovervi autonomamente, la Bergen Card dà diritto ad uno sconto per il **parcheggio** multipiano Bygarasjen nel centro della città.

LI

INFORMAZIONI UTILI

NUMERI DI TELEFONO IMPORTANTI

POLIZIA: Tel. 112
VIGILI DEL FUOCO: Tel. 110
AMBULANZA: Tel. 113.

INCIDENTI ED EMERGENZE

Solheimsgaten 9.
(+47) 55 56 87 00.
Aperto giorno e notte.
DENTISTA: CURE DENTISTICHE DI EMERGENZA
Solheimsgaten 18 B.
(+47) 55 31 03 10.

FARMACIE DI TURNO

Vitusapotek Nordstjernen, Bergen Storsenter
alla stazione degli autobus. (+47) 55 21 83 84.
Ditt Apotek Bryggen, Vetrilidsallmenningen 11
www.dittapotek.no (+47) 55 96 27 80

BIBLIOTECA PUBBLICA DI BERGEN

Strømgaten 6 (E4)
(+47) 55 56 85 00. www.bergenbibliotek.no
Internet gratuito. Rete wireless.
Zona musica.

INTERNET – LIBRERIA PUBBLICA DI BERGEN

Strømgat. 6 (E4) (+47) 55 56 85 00.
L'Ufficio turistico ha una rete wireless gratuita.

TELEFONATE

Per chiamate all'estero, comporre
00 + il prefisso del paese.
Per chiamare Bergen dall'estero:
+47 + il numero di telefono.

LA CITTÀ DI BERGEN

Municipio di Bergen vicino al lago
Lille Lungegårdsvann (+47) 05556.
www.bergen.kommune.no

INFORMAZIONI PER IL PUBBLICO*

Ufficio turistico, Strandkaien 3,
N-5013 Bergen, Norway
Tel: (+47) 55 55 20 00
info@visitBergen.com
www.visitBergen.com

NEWSLETTER DIGITALE

Puoi registrarti per ricevere la nostra newsletter
www.visitBergen.com

INFORMAZIONI PER IL SETTORE TURISTICO
E LA STAMPA

Visit Bergen, Strandgaten 3,
P.O.Box 977 Sentrum, NO-5013 BERGEN.
(+47) 55 55 20 00.
mail@visitBergen.com
www.visitBergen.com

GUIDA UFFICIALE DI BERGEN E DELLA SUA REGIONE 2025

350.000 copie in inglese, tedesco, spagnolo, francese e italiano.
Direzione editoriale: Visit Bergen.
Product manager Connie Konglevoll tel. (+47) 992 02 613.
Pubblicità: mail@visitbergen.com
Layout: Anti. Produzione: Frank Modahl Grafisk. Stampa: Aksell.
La guida di Bergen è stata stampata su carta ecocompatibile in aprile 2025.
Distribuzione gratuita.
Visit Bergen non è responsabile per errori, omissioni o variazioni.



Photo credits

Front page: © Espen Bakketun - visitBergen.com / Page: 12, 16 © Anna T. Takle / Visit Bergen /
Page: 19 © Ingvild Festervoll Melien / Page: 48 © Bekkjarvik Gjestgiveri /
Page: 50 © Rødne Fjord Tours / Page: 52 © The heathland Centre at Lygra / Muho / Page: 53 © Gulatinget /
Page: 54 © Tysnesfest / Page: 56 © Silje Alden / Visit Bergen / Page: 58 © Northern Exposure / Visit Bergen /
Page: 59 © Cornelius Sjømatrestaurant / © Janneche Strønen / Matarena / © Northern Exposure / Visit Bergen /
Page: 60 © Kristoffer Fürstenberg / Visit Bergen

HOTEL

Alver Hotel
Bekkjarvik Gjestgiveri Hotel & Suites*
Bergen Børs Hotel (D4)
Bergen Harbour Hotel*
Biologen Herdla*
Clarion Hotel Admiral (C5)*
Clarion Hotel Bergen (D4)*
Clarion Hotel Bergen Airport*
Comfort Hotel Bergen (C5)*
Comfort Hotel Bergen Airport*
Det Hanseatiske Hotel (D5)
Fjordslottet Hotell*
Grand Hotel Terminus (E4)*
Haaheim Gard*
Heimen Hotel (De Bergenske) (C5)
Home Hotel Havnekontoret (C4)*
Hotel Norge by Scandic (D5)*
Hotel Oleana (D5)
Hotel Park (E5)*
Klosterhagen Hotel (C5)*
Magic Hotel Kløverhuset (D5)*
Magic Hotel Korskirken (D4)*
Magic Hotel Solheimsviken (F3)*

Magic Hotel Xhibition (D4)*
Moxy Hotel (F5)*
Opus XVI AS - Edvard Grieg Heritage Hotel (D4)*
Panorama Hotell & Resort*
Quality Hotel Edvard Grieg*
Radisson Blu Royal Hotel (C4)*
Scandic Bergen City (D5)*
Scandic Byparken (D5)*
Scandic Flesland Airport*
Scandic Kokstad*
Scandic Neptun (D5)*
Scandic Torget Bergen (D4)*
Scandic Ørnen (E4)*
Skjerjehamn
Solstrand Hotel & Bad*
Thon Hotel Bergen Airport*
Thon Hotel Bristol (D5)*
Thon Hotel Orion (C4)*
Thon Hotel Rosenkrantz (C4)*
Villa Terminus (E4)*
Westland Hotel
Zander K Hotel (E4)*



ATTRAZIONI E ATTIVITÀ Vedere la cartina alle pagine 64-65

- 1 AdO ARENA
- 2 PRODUZIONE E VENDITA DI ARTICOLI IN ORO
E ARGENTO ARVEN
- 3 ACQUARIO DI BERGEN
- 4 ORCHESTRA FILARMONICA DI BERGEN
- 5 FUGA DA BRYGGEN
- 6 FLØIBANEN
- 7 PARCO AVVENTURA "HØYT & LAVT"
- 8 NORDNES SJØBAD
- 9 ULRIKEN643
- 10 MUSEO DELLA SCIENZA DI BERGEN - VILVITE

MUSEI E GALLERIE

- 11 PRODUZIONE E VENDITA DI ARTICOLI IN ORO
E ARGENTO ARVEN
- 12 MUSEO MARITTIMO DI BERGEN
- 13 MUSEO DELLA SCUOLA DI BERGEN
- 14 MUSEO TECNICO DI BERGEN E TRAM STORICO
- 15 MUSEO BJØRN WEST
- 16 BRYGGEN GUIDING - Un tour guidato con un esperto storico
- 17 MUSEO DI BRYGGEN
- 18 MUSEO COSTIERO DI ØYGARDEN
- 19 DALE OF NORWAY
- 20 GAMLEHAUGEN - RESIDENZA REALE, MUSEO E PARCO
- 21 SALA DI HÅKON (Håkons Hall)
- 22 MUSEO ANSEATICO E LE SCHØTSTUENE
- 23 HAVRÅ
- 24 MUSEO DI HERDLA
- 25 JM ATELIERN
- 26 SPAZIO ESPOSITIVO KUNSTHALL 314 - Arte contemporanea
- 27 MUSEO DELLA LEBBRA - OSPEDALE DI S. JØRGEN
- 28 IL CENTRO DELLA BRUGHIERA A LYGRA
- 29 MUSEO DELLA RESISTENZA NEL MARE DEL NORD
- 30 MUSEO NORVEGESE DELLA PESCA
- 31 MUSEO DI GAMLE BERGEN / Museo della vecchia Bergen
- 32 IL MUSEO DELLA FERROVIA A VAPORE DI VOSS
- 33 LA FABBRICA DI MAGLIERIA OLEANA
- 34 MUSEO DI OSTERØY
- 35 TORRE ROSENKRANTZ

- 36 CENTRO VISITATORI DELL'ACQUACOLTURA STOREBLÅ
- 37 MUSEO DELL'INDUSTRIA TESSILE
- 38 MUSEO DEI TROLL DI BERGEN
- 39 CENTRO DELL'EMIGRAZIONE della norvegia occidentale

CHIESE

- 40 CATTEDRALE DI BERGEN
- 41 CHIESA DI SANTA MARIA

SIGHTSEEING

- 42 BERGEN BIKE RENT
- 43 BERGEN GUIDESERVICE & DMC
- 44 BERGEN SEGWAY
- 45 I LOVE BERGEN
- 46 MARTINS BERGEN TOURS - TOUR A PIEDI DELLA CITTÀ
- 47 NORWEGIAN GUIDE SERVICE

SHOPPING

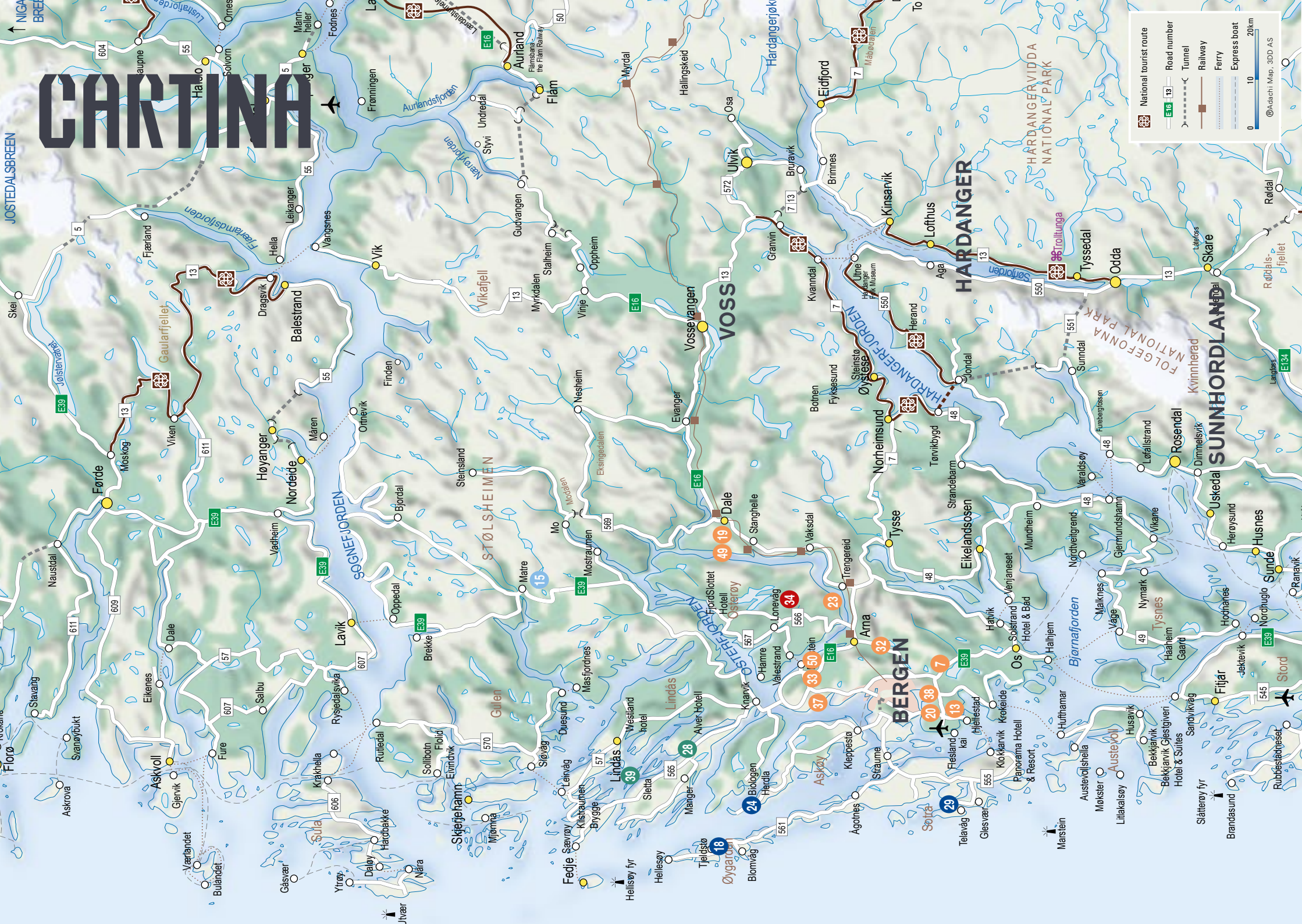
- 48 PRODUZIONE E VENDITA DI ARTICOLI IN ORO
E ARGENTO ARVEN
- 49 DALE OF NORWAY
- 50 LA FABBRICA DI MAGLIERIA OLEANA

TRASPORTI

- A Traghetti per la Danimarca
- B Punto di partenza per escursioni con barche tradizionali (C4)
- C Terminal di Strandkai (D5)
- D Navi per gite turistiche. Porticciolo per imbarcazioni
da diporto (D4)
- E Nave veloce per Askøy (D5)
- F Viaggio lungo costa con la Hurtigruten (il "Postale")
per il nord della Norvegia (D6)
- G Autostazione centrale (E4)
- H Stazione ferroviaria (E4)
- I Autobus per l'aeroporto
- J Porto delle navi da crociera
- K Autobus per Ulriken643

i Informazioni turistiche

CARTINA





3

4

5

6

A

B

C

D

E

F

A

B

C

D

E

F

Bergen Light Rail

AutoPASS

Public Building

Hotel

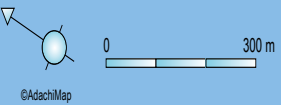




Photo: VisitBergen - Casper L

A Bergen c'è una cosa che non ti puoi assolutamente perdere: una crociera sui fiordi con noi

Partenze giornaliere dal terminal Strandkai di Bergen. I biglietti possono essere acquistati online, a bordo o presso l'Ufficio Informazioni di Bergen

Scannerizza il codice per maggiori informazioni o visita il sito www.norled.no



BERGEN

@visitBergen
#visitBergen



World Heritage City

Strandkaien 3
NO-5013 Bergen
Norway

Tel: +47 55 55 20 00
Mail: mail@visitBergen.com
Web: visitBergen.com