



PROGRAM: AKTIV KLATRING- MALTA 23 OKTOBER 2023

## AKTIV TUR TIL MALTA - MED KLATRING

☞ 7 frokoster, 4 lunsjer og 2 middager inkludert

Dag 1

### Avreise Oslo og ankomst Malta

Vi flyr med Lufthansa med avgang om ettermiddagen. Mellomlanding og flybytte i Frankfurt, beregnet ankomst Malta blir sent om kvelden. Vi får transport til hotellet vårt som ligger i Gzira. Fint plassert mellom Msida og Sliema. Det har både litt bypreg og nærhet til vann, klipper, små strender og bukter. Malta i et nøtteskall. Ikke er det langt til hovedstaden Valletta heller. De som bor på hotellet har gratis inngang til Aqualuna Lido som tilbyr basseng og solstoler.

[Les mer om hotellet på deres egen nettside her:](#)

I morgen skal vi ut og klatre. Det er tre dager med ulik klatring, vi presenterer disse under de ulike dagene. En dag går vi på fottur. Det blir våre erfarne klatreinstruktører som velger ruter, basert på vær og vind. Hvilken tur vi tar hvilken dag kan således avvike fra presentasjonene under. Om det ikke er forhold til å klatre, organiserer reiseleder alternativt program. Det å klatre avhenger 100% av værforhold og vi firer ikke på sikkerheten.

---

## Litt fakta om Malta

Republikken består av tre bebodde øyer: Malta, Gozo og Comino. Det er også tre ubebodde øyer som tilhører øygruppen. Maltas historie går helt tilbake til før pyramidene i Egypt ble bygget, og det finnes tempelruiner fra denne perioden. Strategisk viktig har Malta alltid vært, beliggenheten mellom Sør-Europa og Nord-Afrika og Vest-Europa og Midt-Østen har bidratt til at både fønikerne, kartagerne, romerne og araberne har okkupert og kolonialisert øya.

Under andre verdenskrig ble det bombet massivt her, da Mussolini holdt herredømmet over øya. Selvstendighet, først under Storbritannia, kom i 1964. I 1979 ble Malta en republikk. Det snakkes selvsagt engelsk her i stor grad, men også maltesisk. Språket er en miks av en vestarabisk dialekt som er blandet med italiensk. Malta er forresten det eneste stedet det skrives arabisk med latinske bokstaver.

Mat på Malta, med arven fra både Europa, Midt-Østen og Afrika, er det høy klasse på. Ferske råvarer og innovative kjøkkensjefer har løftet byens mat-renomme de siste årene. Malta har ikke nok jordbruk til å være 100 % selvforsynt, men det er kort til Sicilia hvor det daglig kommer skip med deilige råvarer for å supplere. I disse dager begynner også den maltesiske vinen å få en oppsving, både når det kommer til kvalitet, smak og oppmerksomhet.

## Dag 2

### Klatring - velkomstmiddag

☺ Frokost, lunsj, middag

Vi begynner med frokost før vi skal ut på vår første dag med klatring. Malta, med sitt røffe terreng og helt nydelige kystlinje er den perfekte setting for å klatre i. For alle nivåer. Vi vil selvsagt få en innføring i teknikk og utstyr før vi setter i gang. Vår meget kvalifiserte guide vil lede oss gjennom dagen med ulike fjellformasjoner, travers og bratte klipper. Steder vi ser oss ut disse dagene er Wied Babu, Xaqqa Valley, Mosta, Victoria Lines eller Mistra Bay. Underveis blir det pikniklunsj og om kvelden møtes vi til velkomstmiddag på hotellet.

Vi elsker å kombinere aktivitet med vakre omgivelser, så det er bare å glede seg til mange dager på Malta!

Om det blir klatring, travers eller rapellering vil dagene vise. Alle beskrivelsene er derfor litt tilfeldige for dagene.

## Dag 3

### Klatring

☺ Frokost, lunsj

Vi spiser frokost før vi skal ut å klatre igjen. Kanskje det blir rapellering i dag?

Adrenalin kommer raskt når man skal fire seg ned med Middelhavet som bakteppe. Ikke nok med at man jobber konsentrert med teknikken, men vi må ikke glemme å nyte utsikten. Xaqqa Valley er som regel der vi gjør denne aktiviteten, men alt kommer an på været. Vi vil begynne i det små for å heller øke litt på vanskelighetsgrad og høyde etter hvert. Underveis blir det pikniklunsj.

Om kvelden organiserer reiseleder middag for deg som vil være med.

## Dag 4

### Dag til egen disposisjon

☺ Frokost

I dag har du dagen helt for deg selv! Etter frokost har reiseleder lagt planer sammen med deg som vil. Kanskje det blir helt rolig ved bassenget eller tar vi turen rundt på øya for å se

mer? Eller over til Gozo med ferge en av fridagene? Mange tilbydere har også båtturer til Maltas kanskje mest kjente sted; den blå lagune ved Comino. Reiseleder kan bistå med å organisere på plass.

Gozo er et syn for guder. Referansen minner om at det kan være nettopp her som Odyssevs ble holdt fanget i hele syv år av Atlas' datter, nymfen Kalypso. I dag er Gozo først og fremst en vakker øy som består av små Middelhavslandsbyer. De krydrer det grønne landskapet som små fargeklatter. Sammen med barokke kirker og mindre hus som tilhører gårdene, råder en avslappet stemning. Gozo er fullspekket av historie og fine strender. I Xaghra ligger templene Ggantija. Disse er UNESCO-vernet og dateres tilbake helt til rundt 3500 f. Kr. Dette er 1000 år før pyramidene i Egypt ble bygget og vitner om en sivilisasjon som var langt fremme. Det er noe av de eldste frittstående og religiøse byggverket vi kjenner til.


Hovedstaden Victoria er den største byen på øya. Citadellet, festningen, har vært et landemerke siden 1500 f. Kr mens dagens katedral i barokk stil er fra begynnelsen av 1700-tallet. Gozo er også kjent for utvinning av havsalt, noen steder langs kysten kan du se de mange saltpannene.


Fine strender å se opp for er Ramla-il-Hamra-Bay med rødlig sand. Ovenfor stranden ligger grotten Tal-Mixta som gir nydelig utsikt over bukta. San Blas er også et godt valg, men her kreves det litt anstrengelse da stranda ligger litt vanskelig til i terrenget.

Uansett hva dagen har hatt med seg, vil reiseleder organisere middag i Gzira eller et annet sted - for deg som vil.

## Dag 5

### Ut på fottur

 Frokost, lunsj

 15-20 km

Vi spiser frokost og etter dette blir det ut på tur til fots. Vi vil mest sannsynlig begynne å gå ved Magdalena Chapel ved klippene ved Dingli. Ruten vil uansett ta oss gjennom noen av øyas vakreste landskap. Vi passerer Gebel Ciantar som er øyas eldste formasjoner helt tilbake til bronsealderen. Fawwaraklippene gir utrolig utsikt over Middelhavet.

Vi tar mest sannsynlig pikniklunsjen vår i Ghar Lapsi som også har fine vyer mot kysten.

Det å jobbe med stein har lange tradisjoner på Malta. Bygging av hus med kalkstein går flere tusen år tilbake og man kan se flere steinbrudd rundt på øya. Hagar Qim er et prehistorisk tempel som ligger nydelig til. Mer enn 5000 år gammelt! Atter med utsikt over det turkise Middelhavet og til og med til øya Fifla. Underveis på turen i dag vil vi rett og slett få en skikkelig variasjon av naturens fortreffeligheter. Historiske landemerker, gjemte grotter, steinbrudd og gamle ruiner. På turen blir det rikelig med anledning til å nyte landskapet, ta bilder og pauser.

## Dag 6

### Dag til egen disposisjon

 Frokost

I dag kan du bruke dagen akkurat som du ønsker. Er været bra kan det være deilig å slappe av med litt bading.

Vil du oppdage mer: Hva med Valletta? Omkranset av Middelhavet på sitt aller klareste og blåeste, iblandet sandfargede bygninger i stilig barokk, er hovedstaden Valletta et yndet fotomotiv. De gule klippene stuper ned i havet og skaper en dramatisk kontrast. Goldt og karrig, men allikevel vakkert.

Ikke overraskende var det ridderne som grunnla hovedstaden på midten av 1500-tallet. Byen forvandlet seg sakte men sikkert til en elegant barokkby. I dag er den sprell levende – det samme er byens natteliv.

Upper Barrakka Gardens, i vakre omgivelser og med utsikt over havna. St. John's Co-Cathedral er også viktig. Utvendig ikke så imponerende, men innvendig er det meste forgyllt, malt eller skåret møysommelig ut i stein. Ikke glem å se opp på nydelige fresker, ned for å se på marmoren ved 375 riddergraver samt opp på veggene som er dekorert med kjeruber og andre symboler. Høydepunktet er maleriene av den kjente italienske kunstneren Caravaggio. Det mest berømte viser halshuggingen av Døperen Johannes.

Grand Master's Palace gjemmer en overdådig og utsmykket innredning. Her er flerfoldige ridderrustninger og våpen i tillegg til utsøkte, detaljerte gobeliner (vevde billedtepper) og malerier. Navnet kommer av at det en gang i tiden var hovedsetet til ridderne av Johanitterorden. I dag er det offisielt residensen til Maltas president. Valletta har en karakteristisk arkitektur. som det er lett å la seg imponere av og som gjør seg godt på bilder! Etter historie, kultur, gull og juveler hva med en velfortjent lunsj på en lokal kafe/bakeri med lange tradisjoner? Det er mange av dem her.

Uansett hvordan du ønsker å nyte dagen hjelper reiseleder deg om du skulle trenge det. Og organiserer middag for deg som vil.

Dag 7

## Klatring - avskjedsmiddag

☞ Frokost, lunsj, middag

Ny dag, nye muligheter og ny klatring. Kanskje blir det travers i dag? Denne aktiviteten innebærer at man forflytter seg sidelengs langs ei hylle over havet. Selvsagt er man sikret med nødvendig utstyr. Og det er mulighet for å slippe seg ned i havet! Vi vil også her begynne i det små for å bli vant til aktiviteten før vi utøker.

Underveis blir det egnet sted for pikniklunsj.

Vi møtes til hyggelig avskjedsmiddag denne siste kvelden på en lokal restaurant.

Dag 8

## Hjemreise

☞ Frokost

Vi har fortsatt tid til litt egne sysler før vi må tenke på hjemreisen. Mange dager med påfyll av aktivitet, teknikk, utsikt, sol, hav og bad, historie, vakre omgivelser og hyggelige samtaler er snart omme.

Lufthansa har avgang om ettermiddagen og lander like før midnatt på Oslo Lufthavn - etter en mellomlanding og flybytte i Frankfurt vel og merke.