

## 5 x telefonnummer

### Ringa hit

För att ringa till Spanien från ett annat land slår du +34 före numret. Hoppa över nollan i rikt-numret.

### Larmnummer

Om en nödsituation skulle uppstå ringer du 112, samma som i Sverige.

### Polisen

Lokalpolisen har telefonnummer 091 och om du vill komma till Policía Nacional ringer du 092.

### Svenska konsulatet

Svenska konsulatet ligger i Las Palmas och du når dem på tel: +34 928 26 17 51 eller +34 928 26 08 84. Konsulatet hittar du på

Luis Morote 6, nära Parque Santa Catalina.

### SOS International

Om något skulle hända på din semester och du behöver hjälp med försäkringsfrågor ringer du SOS International i Danmark på tel: +45 7010 50 50.

## 5 x sajter

### ► [www.grancanaria.com](http://www.grancanaria.com)

Gran Canarias officiella turistsajt som även finns översatt till svenska. Här finns tips för alla slags turister, vare sig du bara är intresserad av att ligga på stranden eller om du vill ut i naturen.

### ► [www.worldtravelguide.net/las-palmas](http://www.worldtravelguide.net/las-palmas)

Praktiska tips om Las Palmas och Gran Canaria och tips på höjdpunkterna i huvudstaden.

### ► [www.spain-grancanaria.com](http://www.spain-grancanaria.com)

Här kan du boka hotell, se den senaste väderprognosen och få tips om saker du inte bör missa under din vistelse på ön.

### ► [www.las-palmas-24.com](http://www.las-palmas-24.com)

Guide till huvudstadens höjdpunkter. Något svårnavigerad och rörig, men det finns mycket info.

### ► [www.laspalmasgc.es](http://www.laspalmasgc.es)

Las Palmas officiella turistsajt finns tyvärr bara på spanska, men om du kan språket hittar du mycket bra information här. Hotell, karnevaler och sevärdheter du inte får missa.



Parque Doramas.



## Fler guider på nätet LADDA HEM ÖVER 200 RESGUIDER

• Gran Canaria • La Gomera • Terris Teneriffa • Lanzarote • Fuerteventura • La Palma • Marrakech • Gambia • Röda havet • Dubai • Indien för nybörjare • Bombay • Krabi • Koh Samui • Phuket • Koh Lanta • Vietnam • Filippinerna • Hongkong • Tokyo • Los Angeles • 101 budgettips till New York • London...

**AFTONBLADET**  
**RESA**

Nya guider varje vecka: [www.aftonbladet.se/resguider](http://www.aftonbladet.se/resguider)

Vik  
här

**AFTONBLADET**

Publicerad februari 2012

# RESA GUIDE



# LAS PALMAS

- ✓ Stränder
- ✓ Shopping
- ✓ Utflykter
- ✓ Sevärdheter
- ✓ Restauranger
- ✓ För barn
- ✓ Boende
- ✓ Barer & nattliv
- ✓ Praktiska fakta



# Upplev både strandliv och kultur

**Bara fem timmar** bort med flyg ligger Las Palmas, Gran Canarias huvudstad, där en europeisk kultur blandas med sydamerikanska och afrikanska influenser. Mat och dryck är en viktig ingrediens i en semester i Las Palmas så festa loss på tapas, egenproducerat vin och getost som får dig att aldrig vilja äta något annat igen.

**Las Palmas är** perfekt för den som vill kombinera lata dagar på stranden med ett stadsliv fullt av nöjen, restaurangbesök och museum. Playa de las Canteras är tre kilometer lång och en dröm för soldyrkare. Lunchen intas bäst på någon av de många restaurangerna längs strandpromenaden.

**När ni har** tröttnat på sol och bad finns vackra Vegueta, den äldsta stadsdelen där flera intressanta museer ligger. Och icke att förglömma, den vackra katedralen. På kvällen hittar du även det bästa nöjeslivet här, en bit bort från turiststråken.

**Gran Canaria är** inte stort så självklart ska du även se mer av ön. Det är bara att välja efter vilken typ av semester du vill ha. Festprissen ska åka till Playa del Inglés, medan äventyraren ska besöka de karga västra delarna av ön. Här finns mycket att upptäcka.

## Buen viaje!



Text & foto: **LISA OLSSON**

## 5 x praktiska fakta

### Dricksvatten

Man blir inte sjuk av dricksvatten på Gran Canaria, men det smakar inte gott alls. Flaskvatten är det som gäller, däremot går det bra att borsta tänderna och laga mat med kranvattnet.

### Ei

Spanien använder sig precis som Sverige av 220 volts strömstyrka och adapter behövs inte på Kanarieöarna.

### Mobilen

Det fungerar alldeles utmärkt att ringa och skicka sms med din svenska mobil på Gran Canaria. En bra idé är dock att kontrollera med din mobilleverantör vad

samtalstaxan ligger på så du har koll på vad det kommer att kosta dig. Vanligtvis kostar det runt 4 kronor per minut att ringa med mobilen till Sverige. Tänk på att du betalar om någon ringer dig även om de bara talar in ett meddelande på ditt mobilsvår. Kan vara bra att avaktivera det innan du åker om du ska vara borta länge och vill ha kontroll på dina kostnader.

### Internet

På de flesta hotell finns möjligheten att surfa, även om inte alla har gratis wifi på rummet. Vissa har wifi i ett allmänt utrymme, medan andra har datorer i receptionen där du får betala för din

surfning. Kontrollera vad som gäller på ditt hotell om det är viktigt för dig med internetaccess. På de stora turistorterna finns internetkaféer och även barer med gratis wifi.

### Dricks

Det är vanligt att lämna dricks på restaurangen och i taxin, mellan 5 och 10 procent fungerar alldeles utmärkt. Eller så avrundar du uppåt i taxin. Ibland står det även dricksburkar i receptionen på hotellen eller framme hos busschauffören om du har varit på en heldagsutflykt. Det är förstås frivilligt att lämna något, men är du nöjd med servicen kan det vara bra att visa det.

## 5 x viktiga fakta

### Pass/visum

Som svensk medborgare behöver du varken pass eller visum på Gran Canaria, eftersom Spanien är en del av EU. Många hotell vill dock se passet när du checkar in så det är lika bra att ta med det ändå. Om du vill besöka någon av de närliggande afrikanska länderna är pass ett måste och det kan även krävas visum till vissa länder.

### Säkerhet

Spanien har av någon anledning fått rykte om sig att vara ficktjuvarnas paradiset, även om det nog är mer sant för Barcelona än Gran Canaria. Turister lockar förstås till sig brottslingar, men på de flesta platser på ön känner man sig väldigt säkert. Använd sunt förnuft och du kommer att klara dig bra. Bär inte runt på alla

värdesaker utan använd hotellens värdeförvaring, vifta inte med kameran på mörka skumma platser och besök inte hamnen i Las Palmas nattetid.

### Pengar

Till skillnad från Sverige är det förstås euro som gäller på Gran Canaria. Om du inte hunnit växla kan du antingen göra det på Arlanda eller ta ut pengar på Las Palmas flygplats. Bankomater finns det gott om, på grund av de många turister som kommer hit.

### Klimat/bästa tid

Gran Canaria har ett mildt klimat, vilket gör ön till en året runt-destination. Augusti är vanligtvis den varmaste månaden och då kommer många spanjorer, alltså från spanska fastlandet,

hit på sin semester. För svenskar är det vanligast att åka under hösten, vintern och tidiga våren eftersom det då är stor skillnad i temperatur mot Sverige. Vill du ha det lite lugnare ska du undvika de stora loven. I slutet av september kan det fortfarande vara rejält varmt, men de stora turistmassorna har inte hittat hit än. Åker du på våren möts du av en grönare ö. Las Palmas är ofta några grader kallare och lite mer blåsigt än de södra delarna av ön.

### Tidsskillnad

Gran Canaria ligger en timme efter Sverige, till skillnad mot fastlandet Spanien som har samma tidszon som Sverige. Ställ tillbaks klockan en timme när du landar.



Gran Canaria har ett mildt och skönt klimat året om.



## 5 x resan hit

### Charter

Charter är det absolut vanligaste sättet att resa hit på och Gran Canaria brukar ligga i toppen på listan över svenskarnas favoritresmål. De stora researrangörerna som Ving, Fritidsresor och Apollo har mängder av olika charterhotell här, men även Solresor och Solfaktor kan vara värda att kolla upp. Åker du vid en populär tidpunkt, som till exempel höstlovet får du räkna med minst 7 000 kr per person för en vecka. Det går att komma billigare undan om du åker när det inte är lika mycket högsäsong. Sajten [Destination.se](http://Destination.se) samlar resor från alla charterarrangörer.

- ▶ [www.ving.se](http://www.ving.se)
- ▶ [www.fritidsresor.se](http://www.fritidsresor.se)
- ▶ [www.apollo.se](http://www.apollo.se)
- ▶ [www.destination.se](http://www.destination.se)

### Sista minuten

Om man har is i magen eller åtminstone inte är jättenoga med exakt vilket hotell man hamnar på går det att få en riktigt billig resa till Gran Canaria. Har du möjlighet att ta ledigt med kort varsel kan du få flyg och hotell för runt 3 000 kronor eller mindre för en vecka. Då kan det vara ospecificerat boende och det

gäller också att inte vänta för länge så att biljetterna tar slut. Charterbolagen har sista minuten-resor, men det finns även bra samlingssajter. Det går att få sista minuten för endast flygresan också.

- ▶ [www.sistaminuten.se](http://www.sistaminuten.se)
- ▶ [www.sistaminuten.ticket.se](http://www.sistaminuten.ticket.se)

### Reguljärflyg

Det finns även bolag som flyger reguljärt till Gran Canaria, vilket kan vara att föredra om du vill bo på flera olika platser på ön och vill stanna udda antal dagar. SAS och Spanair flyger hit, men då måste man byta flyg, ofta i Barcelona. Norwegian flyger tre gånger i veckan och ibland med direktflyg. Kan man planera i god tid kan det gå att hitta tur och retur för 2 000-3 000 kronor.

- ▶ [www.reseguiden.se/flyg](http://www.reseguiden.se/flyg)
- ▶ [www.norwegian.com](http://www.norwegian.com)

### Från flygplatsen

Åker du charter har du redan transfer till hotellet ordnad och behöver bara leta upp representanten för ditt bolag på flygplatsen. Bussnätet är väl utbyggt på Gran Canaria så det är lätt att ta sig till hotell om du inte har någon transfer. Till Las Palmas är



det buss nr 60 som gäller. Den går två gånger i timmen, kostar ungefär 30 kronor och tar en halvtimme till staden. Här stannar den dels vid den stora busstationen, San Telmo, men även vid en mindre, Sta Catalina, som ligger närmare stranden. Precis utanför dörrarna finns tidtabeller och det går att betala kontant på bussen. Taxi till huvudstaden kostar cirka 20 euro.

- ▶ [www.globalsu.net](http://www.globalsu.net)

### Båt

Befinner du dig på Teneriffa är det bara en timme med båt till Puerto de las Nieves på Gran Canarias västkust, alltså fullt möjligt att åka över dagen om du vill det. Till Las Palmas går flera färjor från de olika Kanarieöarna och även från spanska fastlandet.

- ▶ [www.fredolsen.es](http://www.fredolsen.es)
- ▶ [www.directferries.se/gran\\_canaria.htm](http://www.directferries.se/gran_canaria.htm)

## 5 x orientering på Gran Canaria

### Flygplatsen

Flygplatsen ligger på östkusten cirka två mil söder om Las Palmas och två och en halv mil från stränderna i söder. Flygplatsen har tre olika terminaler, en för flyg inom EU, en för övriga internationella flygningar och en för flyg till andra delar av Kanarieöarna.

- ▶ [www.airportdesk.se/airports/europa/spanien/gran-canaria-flygplats.html](http://www.airportdesk.se/airports/europa/spanien/gran-canaria-flygplats.html)

### Huvudstaden

Las Palmas de Gran Canaria lig-

ger på den nordöstra spetsen av ön och har ungefär 400 000 invånare. Populärast bland turister är Playa de las Canteras och Vegueta, den gamla stadsdelen.

- ▶ [www.laspalmas.se](http://www.laspalmas.se)

### Mitten av ön

Missa inte den vackra naturen på mitten av ön. Besök söta staden Arucas med sin neogotiska kyrka och åk genom det grönskande Valleseco. Höga berg och utsikter som heter duga finns på Gran Canarias mitt.

### Södra delen

Längs sydkusten ligger de populära charterorterna med stränder och hotellkomplex i massor. Från San Agustin via Playa del Inglés och Maspalomas till Puerto Rico.

### Västkusten

Den minst kända delen av Gran Canaria är den vilda västkusten med karga klippor och vindlande vägar. Varning för dig med höjdskräck.

## 5 x stadsdelar

### Vegueta och Triana

Vegueta är den äldsta delen av Las Palmas dit de flesta turister brukar ta sig för att titta på den gamla katedralen, Catedral de Santa Ana, som började byggas på 1500-talet. Vegueta är ett otroligt charmigt område med smala gränder, kullerstenstorg och magnifika byggnader. Bredvid Vegueta ligger Triana, som också är ett av de äldre områdena i Las Palmas. Här finns en av de bästa shoppinggatorna, Calle Mayor de Triana. Den stora busstationen San Telmo ligger också här.

### Santa Catalina

Stadsdelen som ligger närmast den flera kilometer långa stranden Playa de las Canteras är där de flesta hotell ligger och därmed den mest populära bland turister. Den långa strandpromenaden är full av restauranger och en bit från stranden finns parkområdet Parque Santa Catalina där det går att ta en drink på någon av de många uteserveringarna. En mindre busstation finns också i området, där det går bussar till flygplatsen och även till den större busstationen San Telmo.

### Ciudad Jardin

Missa absolut inte Ciudad Jardin, som är ett bostadsområde mellan Santa Catalina och Vegueta. Jardin betyder trädgård på spanska och det är inte svårt att förstå varför området har fått det namnet, för något mer grönskande är svårt att tänka sig. Det är rätt tydligt att det här är ett lite rikare bostadsområde med en del fin arkitektur. Men främst är det blommorna i rosa, lila och rött som tar andan ur en.

### La Isleta

Norr om Playa de las Canteras ligger stadsdelen La Isleta ute på

en halvö. Det här är ett levande spanskt område där folk bor och jobbar. Promenera runt, besök gamla butiker och barer. Bäst utsikt över Las Palmas har du från stadens högsta punkt Las Coloradas. I stadsdelen ligger också det gamla fortet Castillo de la Luz.

### Alcaravaneras

Mellan Ciudad Jardin och Santa Catalina ligger Alcaravaneras, som är ett lugnt bostadsområde

men med närhet till shoppinggatan Avenida de José Mesa y López. Även Mercado Central där du kan frossa i ost, frukt och andra godsaker ligger här. För budgetresenären kan det vara bra att veta att det finns flera billigare hostel i det här området. Stranden Playa de las Alcaravaneras finns också och det är lättare att hitta en plats för sig själv här. Dock är utsikten mot hamnen och alla lastfartyg inte den roligaste.



Njut av den tropiska grönskan i Ciudad Jardin.



## 5 x ta sig runt

### Promenera

Bästa sättet att se staden är förstås att promenera runt för att verkligen se hur stadsdelarna skiftar med olika arkitektur och stämning. Mellan Santa Catalina och Vegueta är det ungefär sex kilometer så orkar du bara promenera ena vägen kan du ta taxi tillbaka.

### Buss

I Las Palmas är lokalbussarna gula. Mellan de stora stationerna San Telmo i Gamla stan och Sta Catalina vid stranden går till exempel nr 1 och nr 12. Mer information om de olika linjerna hittar du på hemsidan eller så kan du fråga på ditt hotell. Ska du på längre utflykter så kör bussbolaget Global över hela ön och har flera olika linjer. Ska du till någon av de stora turistorterna går bussarna minst en gång i timmen. Ska du till Puerto Rico från Las Palmas är det linje 91 som gäll-

er och biljetten kostar cirka 70 kronor. Linje 1 går också från Las Palmas söderut med slutstation Puerto de Mogán och stannar på flera olika platser på vägen. Globals sajt är lätt att hitta på.

► [www.guaguas.com](http://www.guaguas.com)

► [www.globalsu.net](http://www.globalsu.net)

### Hyra bil

Åker du inte på en charterresa är det vanligt att hyra bil och de flesta stora bilfirmorna finns representerade på flygplatsen. Sajten Easyterra jämför olika bilfirmor för att hitta det bästa priset. Du kan få betala från cirka 1 000 kronor för en vecka upp till 15 000 kronor beroende på vad för bil du vill ha.

► [www.easyterra.se](http://www.easyterra.se)

### Taxi

Det är inte svårt att få tag på taxi på Gran Canaria. På flygplatsen finns de precis utanför dörrarna och i Las Palmas är det inte

ovanligt att de står och väntar utanför hotellen. Om du behöver beställa en taxi gör du det på +34 928 703 800. Alla taxibilar kör med taxameter, men det kan hända att en taxichaufför föreslår en summa för att ta dig till en viss plats. Är du osäker är det bara att säga att du vill ha taxameter. Prisexempel från flygplatsen till Las Palmas 20 euro, inom Las Palmas cirka 5 euro.

### Turistbuss

Vill du se de stora sevärdheterna i Las Palmas ska du ta den knallröda Hop-on Hop-off-bussen som stannar på flera platser i staden, till exempel vid katedralen i Vegueta, stranden, El Corte Inglés och Parque Santa Catalina. Första turen är 09.30 och den sista 17.30 och de utgår från busstationen San Telmo. Biljetten gäller i 24 timmar. För information ring +34 902 101 081.



## 5 x boende

### Charter

De flesta som åker till Gran Canaria har köpt en charterresa där hotellet ingår. Om du inte åker ospecificerat kan du förstås välja hur många stjärnor du vill ha på hotellet. Vanligast är att man hamnar relativt nära den flera kilometer långa stranden i Las Palmas.

### Hotel Santa Catalina

Hotel Santa Catalina är ett självklart val om du har råd. Byggnaden i vacker kolonialstil är från 1800-talet och det är lätt att känna sig som om man befinner sig i en James Bond-film. Särskilt som hotellet också inrymmer ett kasino. Dyra bilar står parkerade utanför, vilket ger en viss känsla av flärd. Pool finns och hotellet ligger fint beläget i Parque Dora-

mas i närheten av Ciudad Jardin. Ett dubbelrum kostar runt 2 000 kronor.

► [www.hotelsantacatalina.com](http://www.hotelsantacatalina.com)

### Hotel Concorde

Ett av Las Palmas mest prisvärda hotell precis intill strandpromenaden vid Playa de las Canteras. Här går det att få ett dubbelrum från cirka 600 kronor, men vill du ha med balkong kostar det något mer. Det finns pool på taket med milsvid utsikt och frukostbuffén innehåller allt och lite till. Hotellet ligger i en typisk sextiotalsbyggnad och har wifi i vissa allmänna utrymmen, men inte på rummen. Mittemot hotellet ligger ett litet kafé där du kan köpa världens godaste sockerkaka.

► [www.concordegrancajarahotel.com](http://www.concordegrancajarahotel.com)

### Hotel Reina Isabel

Längs strandpromenaden vid Playa de las Canteras ligger Hotel Reina Isabel, som är lite finare än de flesta hotell i närheten. Här kan du välja mellan vanliga dubbelrum eller sviter med jacuzzi. Pool på taket, restaurang och en populär bar finns också. Gratis wifi i alla rum och allmänna utrymmen. Boka via Tripadvisor för bästa pris. Dubbelrum brukar kosta runt 1 400 kronor.

► [www.tripadvisor.com](http://www.tripadvisor.com)

### Hyrt lägenhet eller hus

Ska du stanna länge kan det vara läge att hyra ett eget hus eller lägenhet. Airbnb.com är en pålitlig sajt där det går att hitta boende överallt i världen, så även på Gran Canaria.

► [www.airbnb.com](http://www.airbnb.com)



## 5 x sevärdheter

### Katedralen

Catedral de Santa Ana är Kanarieöarnas första kyrka och den började byggas i början av 1500-talet. Det tog dock cirka 400 år innan katedralen blev helt klar, vilket resulterade i flera olika arkitektoniska stilar. Katedralen är öppen för turister måndag till fredag 10-16.30 och lördag 10-13.30. Det går också att åka upp i ett av tornen för lite utsikt,

vilket kostar cirka 15 kronor. Passa på att promenera runt i gränderna i närheten av katedralen och ta en fika på Café Santa Ana på torget. Adressen är Calle Obispo Codina 13 i Vegueta.

### Castillo de la Luz

Ett militärfort som byggdes på 1500-talet för att försvara Las Palmas hamn mot pirater. Fortet ligger i en park i stadsdelen

La Isleta och i dag fungerar den som en utställningshall för konst. Byggnaden renoveras ständigt så det händer att det är stängt för allmänheten. Men fortet är ändå vackert att titta på från utsidan.

### Parque San Telmo

På det här torget ligger Ermita de San Telmo, som är en av de första religiösa byggnaderna på

Gran Canaria. Den byggdes på 1500-talet, men förstördes och byggdes upp igen på 1600-talet. På torget finns också en mysig uteservering och bara några meter bort ligger shoppinggatan Calle Mayor de Triana.

### Botaniska trädgården

Jardín Botánico Viera y Claviljo ligger cirka sju kilometer utanför Las Palmas och anlades av den

svenske botanikern Erik Sven-tenius 1952. Trädgården är en av Spaniens största och här kan du bland annat se pinjeskog, lagerskog, kaktusar och flera arter som är specifika för Kanarieöarna. Trädgården är öppen dagligen 08-18, men vid vissa helgdagar kan det vara stängt. Inträdet är gratis och har du inte bil kan du ta buss 301, 302 eller 303.

► [www.jardincanario.org](http://www.jardincanario.org)

### Gabineto Literario

Den här imponerande byggnaden från 1800-talet var Gran Canarias första teater. I dag fungerar den som ett kulturhus med filmvisningar och utställningar. Det räcker inte med att se huset från utsidan utan du måste gå in för att riktigt förstå dess storhet. Adressen är Plaza de Cairasco 1 i Triana.

► [www.gabineteliterario.com](http://www.gabineteliterario.com)



Katedralen tog cirka 400 år att bygga.



Torget vid Catedral de Santa Ana.



Parque San Telmo är snarare ett torg än en park.



Här bodde troligtvis Columbus på 1600-talet.

## 5 x att göra

### Modern konst

Är du intresserad av samtida konst i all dess form ska du besöka CAAM, Centro Atlántico de Arte Moderno, som ställer ut konstnärer från Spanien, Latinamerika och Afrika i första hand. Konsthallen ligger i en gammal byggnad i Vegueta som har ett fantastiskt ljusinsläpp. Stängt på måndagar, annars öppet till klockan 21 på kvällen förutom på söndagar då det stänger vid 14. Inträdet är gratis och adressen är Los Balcones 11.

► [www.caam.net](http://www.caam.net)

### El Museo Canario

Ett av huvudstadens mest spännande museum där du får reda på mer om Kanarieöarnas historia. Här finns mumier av ursprungsbefolkningen guan-chererna, men även keramik och redskap som visar hur de levde. I museets bibliotek kan du läsa på om Kanarieöarnas fängslande historia. El Museo Canario ligger i Vegueta på Doctor Verneau 2 och det kostar cirka 40 kronor att gå in. Det är öppet dagligen, men stänger redan vid 14 på helger.

► [www.elmuseocanario.com](http://www.elmuseocanario.com)

### Casa Museo de Colón

I ett fantastiskt vackert hus bakom katedralen Santa Ana ligger Casa de Colón, ett museum om upptäckten av Amerika. Det är inte helt klarlagt men troligtvis bodde Christofer Columbus i det här huset innan han gav sig iväg på sin resa mot Indien, som slutade med att han upptäckte Amerika. Här finns bland annat en kopia av skeppet, men även konst och en interaktiv modell av hur Las Palmas såg ut på 1600-talet. Museet stänger 19 på vardagar, 18 på lördagar och 15 på söndagar. Inträdet är gratis

och adressen är Calle Colón 1.  
► [www.casadecolon.com](http://www.casadecolon.com)

### Språkkurs

Kanske vill du passa på att lära dig spanska när du är i Las Palmas. Det finns flera olika alternativ, beroende på hur lång kurs du vill ha och vilken nivå du är på sedan tidigare. En vecka kan kosta runt 2000 kronor.

► [www.languagecourse.net](http://www.languagecourse.net)  
► [www.grancanariaschool.com](http://www.grancanariaschool.com)  
► [www.studyabroadinternational.com](http://www.studyabroadinternational.com)

### Sport

Det finns annat att göra på Gran

Canaria än att ligga på stranden hela dagen och festa hela natten. Inga problem för den aktiva att sysselsätta sig alltså. Till exempel blir det allt mer populärt att åka på cykelsemester till Gran Canaria och det är lätt att förstå med dess vackra natur och utmanande backar. En fördel är förstås också att man kan pausa vid en vit sandstrand. Du kan antingen arrangera en cykelsemester hemifrån eller hyra cykel på plats.

Gran Canaria erbjuder bra dykning både för nybörjare och erfarna dykare och det finns

många olika dyksskolor att välja mellan. Just i Las Palmas, eller strax utanför, kan du testa på vrakdykning, medan de största fiskstimmerna finns norr om San Agustín. Golf är en annan sport som många svenskar utövar på Gran Canaria. En av de lyxigaste golfbanorna ligger i närheten av Las Palmas och heter Real Club de Golf.

► [www.free-motion.net](http://www.free-motion.net)  
► [www.happy-biking.com](http://www.happy-biking.com)  
► [www.7mares.es](http://www.7mares.es)  
► [www.grancanaria.com/patronato\\_turismo/dykning.3242.0.html](http://www.grancanaria.com/patronato_turismo/dykning.3242.0.html)  
► [www.realclubdegolfdelaspalmas.com](http://www.realclubdegolfdelaspalmas.com)

☂ = strand  
 🏠 = hotell  
 🍴 = restaurang  
 🍷 = bar  
 🛍️ = shopping

400 m

**Väder**  
 Dags-temperatur och centimeter regn per månad.

20	20	21	21	22	23	25	26	26	25	22	21	Las Palmas
-1	-1	3	8	14	19	22	20	15	9	5	2	Stockholm
JAN	FEB	MAR	APR	MAJ	JUN	JUL	AUG	SEP	OKT	NOV	DEC	
4	3	3	3	3	4	7	7	6	5	5	5	Stockholm
2	2	1	1	0	0	0	0	0	1	3	3	Las Palmas

**Minilexikon**

**Hola** – Hej  
**Gracias** – Tack  
**Si/No** – Ja/Nej  
**Qué tal?** – Hur är det?  
**Me llamo** – Jag heter  
**No entiendo** – Jag förstår inte  
**Perdón** – Ursäkta  
**Hablas inglés?** – Pratar du engelska?  
**Estoy enfermo/a** – Jag är sjuk  
**Cuánto cuesta?** – Vad kostar den?

**Priskoll**

**Så mycket kostar:**  
 Öl, 50 cl: 25 kr.  
 Kopp kaffe: 10 kr.  
 Big Mac: 34 kr.  
 Taxi 3 km: 30 kr.



## 5 x bad

### Playa de las Canteras

Den cirka tre kilometer långa sandstranden i Las Palmas är omåttligt populär både bland turister och bland lokalbefolkningen, som gärna kommer hit på helgerna eller efter jobbet. De flesta hotell ligger nära stranden och det finns en fin strandpromenad där folk gärna joggar,

promenerar eller slår sig ned på någon av de många restaurangerna för en lunchpaus.

#### Service

Vid Playa de las Canteras finns allt du behöver i form av service. Strandpromenaden är full av restauranger och det finns en bankomat i närheten av Hotel Con-

corde. Solstolar och parasoll kan du hyra för 2,50 euro styck och då får du ha dem hela dagen. Orkar du inte röra på dig men är törstig finns det strandförsäljare som går runt och säljer juicer, vatten och glass.

#### Snorkling

Om du ska snorkla vid Playa

de las Canteras gäller det att hålla sig innanför revet eftersom strömmarna är starka utanför. Det sägs att den bästa snorklingen är vid Hotel Gran Canaria, söder om Hotel Concorde.

### Playa de las Alcaravaneras

Inte lika lång som Playa de las Canteras, men riktigt bred och

med fin sand är Las Palmas andra strand. Det som avskräcker många är läget i närheten av hamnen och visst finns det roligare utsikt än ett gäng stora lastfartyg. Fördelen är att det är lätt att hitta en plats för sig själv här.

#### Badetikett

På Gran Canarias stränder är det

nästan mer regel än undantag att kvinnor solar topless, men självklart gör alla precis som de själva vill. Bli dock inte förvånad över det minimala badklädsmodet som gäller både för kvinnor och för män. Det är helt klart mer kropp än vad man är van att se vid en svensk badplats.



Playa de las Canteras är omåttligt populär både bland turister och lokalbefolkningen.



Strandpromenaden kantas av restauranger med svalkande parasoll.

## 5 x för barnfamiljer

### Barnvänligt

Det är absolut inga problem att ta med barnen på semester till Kanarieöarna, här är rena rama barnmeckat. Restaurangerna har ofta barnmenyer och det finns i princip alltid pasta och pizza att välja på, åtminstone på turistrestaurangerna. När det gäller bilbarnstolar i hyrbilar kan det vara bra att boka det i förväg för att vara på den säkra sidan.

### Museo Elder

Elder Museum of Science and Technology är ungefär som Tom Tits eller Teknorama i Stockholm. Inget vanligt tråkigt museum alltså utan här är det interaktivitet som gäller. Mottot är "förbjudet att inte röra" – vilket barn kan motstå det? Det visas också 3D-filmer, för tillfället en om dinosaurier, men kika på hemsidan för aktuellt program. Museet är

öppet klockan 10-20 tisdagar till söndagar och ligger vid Parque de Santa Catalina. Inträdet är 50 kronor för vuxna och 35 kronor för barn.

► [www.museoelder.org](http://www.museoelder.org)

### Palmitos Park

Palmitos Park ligger strax utanför Maspalomas. Här kan du gå på delfinshow och titta på färgglada fåglar och fiskar. Parken är

öppen varje dag klockan 10-18 och inträdet är cirka 200 kronor om du köper biljett på nätet i förväg.

► [www.palmitospark.es](http://www.palmitospark.es)

### Aqualand

Inte så svårt att gissa vad Aqualand är, ett vattenland där både barn och vuxna kan roa sig i värmen. Spanien har flera Aqualand och ett av dem ligger i Maspa-

lomas där du hittar gigantiska vattenrutschbanor, olika pooler och konstgjorda surfvågor. Biljetten till Aqualand kostar cirka 200 kronor för en vuxen och 150 kronor för barn. Köper du online kan du få några procents rabatt. Från Playa del Inglés och San Agustín kan du ta dig hit med buss 45 och från Puerto Rico med buss 70.

► [www.aqualand.es/grancanaria](http://www.aqualand.es/grancanaria)

### Tips

De flesta museer och temaparker har billigare inträde för barn så fråga alltid efter det. Även när det gäller sightseeing brukar det finnas ett barnpris. I närheten av stranden Playa de las Canteras är trafiken relativt lugn, medan den på andra sidan vid hamnen har ett snabbare tempo. Vid Parque Doramas finns en lekpark som är perfekt för uttråkade barn.





Romantiskt värre på Casa Montesdeocas lummiga innergård.

## 5 x restauranger

### Tider

Glöm det där med att äta middag vid 18-tiden, såvida du inte bara vill hänga med andra turister. I Spanien äter man sent, runt 21-22 är lagom att komma till en restaurang, åtminstone om det är en genuin spansk restaurang. Då får du uppleva det mesta av folklivet istället för att sitta själv och tugga på din mat.

### A Caseta

Ett stenkast från stranden Las Canteras, ligger den relativt nyöppnade restaurangen A Caseta. Många spanjorer kommer hit, men med tanke på dess läge i turistområdet hittar även internationella gäster hit. Om du beställer från den generösa tapasmenyn, tänk på att portionerna är stora. För två personer räcker det att dela på fyra-fem tapas. De kostar från 30-90 kronor per rätt. För köttälskarna kan det också bli en riktig matfest på A Caseta. Ta gärna med ett

lexikon om du inte kan spanska eftersom tapasmenyn inte är översatt. Restaurangen ligger på Calle Tomás Miller 76-78, mitt emot Hotel Concorde. Öppet för lunch klockan 13-17 och middag 20-24.

### Casa Pablo

Restaurang Casa Pablo, som även kallas Asador el Cid, ligger bara något kvarter från stranden och är specialiserad på färsk fisk och spanska köttträtter. Lunch serveras mellan klockan 13 och 16 och middag mellan 20 och 24. Adressen är Calle Nicolás Estévez 10. [► www.larutadelbuenyantar.com/cid.html](http://www.larutadelbuenyantar.com/cid.html)

### Casa Montesdeoca

I en byggnad från 1500-talet ligger den omtyckta restaurangen Casa Montesdeoca, där du varma sommarkvällar kan äta på deras lummiga innergård. Romantiskt så det förslår. Här kan

du till exempel få räkor i champagnesås för 180 kronor. Restaurangen hittar du i de äldsta delarna av Las Palmas, i Vegueta, på Calle Montesdeoca 10. [► www.casamontesdeoca.com](http://www.casamontesdeoca.com)

### Turistrestauranger

Om man befinner sig längs strandpromenaden vid Playa de las Canteras kan man räkna med att många restauranger har menyer på minst tio språk och definitivt på svenska. Restaurangerna behöver absolut inte vara dåliga, men vill du uppleva något mer spanskt ska du leta dig en bit ifrån stranden. Maten är ofta internationell, men med en del spanska inslag.

Al Macaroni är en italiensk krog som ligger en liten bit norr om Hotel Reina Isabel. Det är ingen lyxkrog på något sätt, men här kan du äta vedugnsbakad pizza för strax under en hundralapp. En flaska vin kostar från 150 kronor.

## 5 x mat & dryck

### Papas arrugadas

Papas arrugadas betyder ungefär skrynkliga potatisar och är små potatisar som har kokats i väldigt salt vatten. Till det serveras ofta röd mojo, en sås som är gjord på bland annat vitlök, paprika och spansk peppar. Ganska kryddstark alltså. Det är inte konstigt att restaurangägarna gärna serverar den här rätten eftersom man garanterat blir törstig av den salta potatisen.

### Grillad fisk

Om du gillar färsk fisk har du hamnat helt rätt. Över hela Gran Canaria serveras nyfångad bläckfisk, tonfisk och den lokala varianten vieja, som liknar papegojisk. Den söta byn Puerto de Mogán är särskild känd för sin hamn som är proppfull med res-

tauranger där du kan äta dagens fångst. Du lär dock inte vara ensam om att hitta hit, byn är ett populärt turistmål.

### Gofio

Gofio är mjöl gjort på rostat korn, majs och vete och det används som huvudingrediens i flera kanariska maträtter, som soppor och såser. Det används även i desserter och det går att få gofioglass.

### Rom

Ända sedan 1884 har romen Arehucas producerats på ön och den är populär både bland turister och bland lokalbefolkningen. Fabriken ligger i den lilla staden Arucas på öns mitt och här stannar många turistbussar för provsmakning. Här tillverkas

likör med flera olika smaker, som banan, choklad och mint. Ska du köpa den mest klassiska romen är det Ron miel som gäller, alltså rom med honung.

### Öl och vin

Ska du beställa öl på Kanarieöarna väljer du mellan en jarra (sejdel) och caña (glas) beroende på hur törstig du är. Tropical är det lokala och vanligaste märket. En ljus lager, som inte är allt för spännande men som garanterat släcker törsten en varm dag på playan. Gran Canaria har ett bra klimat för vinproduktion så prova gärna någon av de lokala sorterna när du är ute och äter. Fråga kyparen för bästa tips. Vill du besöka öns vinmuseum finns det i Santa Brigida.



Strandfika – papas arrugadas och en jarra Tropical.





Trivsamma baren Cuasquías på Calle San Pedro.



Shoppingnavet Plaza España.



På El Corte Inglés hittar man det mesta.

## 5 x nattliv

### Parque Santa Catalina

Parque Santa Catalina som ligger några kvarter in från stranden har flera utomhusserveringar som är välbesökta under högsäsongen. En ljummen kväll här med en kall öl och alla dina bekymmer är borta.

### Bästa drinkarna

På Hotel Reina Isabel ganska långt norrut längs strandpromenaden kan du dricka goda drinkar. Eller om du är mer sugen på sangria kostar en halvliter cirka 50 kronor. Hotellet sticker ut bland de många turistrestaurangerna, med sin lite finare approach. Här finns dessutom wifi, vilket förklarar varför många som inte vill dricka drinkar sitter utanför med sin laptop.

### Gamla stan

Vill du festa på spanskt vis ska du ta dig till området Vegueta,

som är den äldsta delen av stan. Gågatan Calle de Mendizábal är full av restauranger och barer och hit kommer spanjorerna sent för att äta och dricka. Stämningen är trevlig och avslappnad och många verkar känna varandra. På gatorna runt omkring finns också en del barer.

### Monopol

Inte långt från Vegueta, på Calle San Pedro, ligger Monopol Centre som har både bio och nattklubb. Mittemot hittar vi den livliga baren Cuasquías, där det nästan alltid är mycket folk, både inne på baren och utanför.

### Mer nattliv

Vill du gå på kasino ska du bege dig till Hotel Santa Catalina och hit kommer spanjorerna sent för att äta och dricka. Stämningen är trevlig och avslappnad och många verkar känna varandra. På gatorna runt omkring finns också en del barer.

En bit utanför stan ligger nattklubben Las Brujas i ett gammalt hus med stor trädgård. En unik upplevelse som du inte bör missa. Med taxi tar det cirka tio minuter hit. Nattlivet förändras snabbt i en stad så det kan vara bra att höra med hotellpersonalen eller turistinformationen när du är på plats.

► [www.lasbrujas.net](http://www.lasbrujas.net)



## 5 x shopping

### Skattefri zon

Trots att Spanien är med i EU räknas Gran Canaria som en handelsfri zon och det finns flera taxfree-butiker där man kan köpa till exempel kläder, alkohol, elektronik och parfym för en billigare penning. Tullreglerna är dock inte samma som för andra EU-länder så läs på för att få den senaste informationen innan du köper på dig för mycket alkohol och tobak.

► [www.tullverket.se](http://www.tullverket.se)

### Att köpa

De största spanska klädkedjorna som Zara och Mango finns även i Sverige, men utbudet är lite annorlunda mot här hemma så det kan vara värt att kolla in. ProMod är en spansk kedja som däremot inte finns i Sverige, men som du kan hitta i Las Palmas. Men det som du hellre ska köpa än kläder är förstås lokala

delikatesser som getostar och vin från Gran Canaria.

### Shoppinggator

Den mest kända shoppinggatan är Avenida de José Mesa y López. Här och runt Plaza de España ligger flera kedjebutiker och även El Corte Inglés. I Triana, längre söderut, ligger gågatan Calle Mayor de Triana som påminner något om Drottninggatan i Stockholm men med mer charm. Gatorna omkring är värda att kolla in eftersom det kan finnas lite annorlunda butiker där och inte bara välkända märken.

### Varuhus och gallerior

Varuhuset framför alla är El Corte Inglés, som ligger på Avenida de José Mesa y López i Las Palmas. Här hittar du alla exklusiva märken men det finns även billigare kläder och smink,

böcker och inredning. Som ett stort Åhléns alltså. I huvudstaden finns även shoppingcentret El Muelle norr om hamnen. Här finns över 60 butiker och ett stort utbud av restauranger och kaféer. Öppettiderna är mellan 10 och 22.

► [www.elcorteingles.es](http://www.elcorteingles.es)

### Marknader och mat

Varje söndag är det hantverksmarknad i Vegueta, stadens äldsta område. På gatorna bakom katedralen hittar du hantverk av olika slag, men även kläder och mat. Är du ute efter delikatesser och gott kanariskt vin ska du bege dig till butiken La Maduca, som även den ligger i Vegueta på Herrería 6. I närheten av El Corte Inglés finns också Mercado Central där du köper frukt, ost och annat gott. Adressen är Calle Galicia 24.



## 5 x utflykter

### Vandringar

Inte behöver man lata sig på stranden bara för att man har åkt till Kanarieöarna på semester. Här finns vandringsleder som är kvar sedan de spanska erövrarna kom hit och de kallas caminos reales, vilket betyder kungsvägarna. Du kan välja att gå själv eller med guide och det finns både dagsturer eller längre varianter. Många vandringar utgår från utsiktsplatsen Cruz de Tejada och det är vanligt att man tar sig upp på öns högsta topp Pico de las Nieves (snötoppen).

► [www.grancanariaexperten.se/resor/aventysresor](http://www.grancanariaexperten.se/resor/aventysresor)

► [www.rockyadventure.com/resor.html](http://www.rockyadventure.com/resor.html)

► [www.discoverygrancanaria.com](http://www.discoverygrancanaria.com)

### Marknader

Hyr en bil när du är här och åk från by till by för att besöka alla härliga marknader där du kan gotta dig i delikatesser tills du har förätit dig helt. I San Mateo finns öns bästa jordbruksmarknad som är på lördagar och söndagar. Observera att den dock stänger redan vid 15 på söndagar. I Santa Brigida finns en lite mindre marknad och här ska du passa på att köpa traktens goda getost.



I Teror hittar man vacker kanarisk arkitektur.



Vandra i de spanska erövrarnas spår.

### Teror

Missa inte den söta byn Teror, med sin ståtliga kyrka mitt på torget och sina smala gränder. Teror ligger sydväst om Las Palmas och man kan ta en taxi hit för ungefär 200 kronor, vilket tar ungefär 45 minuter. Vill du komma billigare undan tar du buss för 20 kronor. Till och från Las Palmas går nummer 216. Från torget går Calle Real de la Plaza där du kan beskåda vacker kanarisk arkitektur. Även Teror har en marknad på söndagar där du kan köpa prylar och olika matvaror.

### Puerto de Mogán

Fiskebyn på sydvästkusten är ett måste, men kom gärna hit så tidigt som möjligt på dagen för att slippa den värsta turistanstörningen. Om du kommer hit med buss ska du ta gågatan ner mot vattnet och du kommer att passera flera serveringar och den lilla stranden. Ditt mål är hamnen där imponerande segelbåtar trängs. Här ska du äta dagens färsk fisk på någon av de många restauranger som det finns att välja mellan. Sedan är det bara till att fortsätta promenera förbi vita balkonger med blå detaljer där blommorna svämmar över.

### Puerto de las Nieves

Många passerar bara igenom denna lilla hamnstad eftersom båtarna till Teneriffa går härifrån. Men det finns anledning att stanna till i denna gulliga och lugna by på den karga västkusten. Besök någon av de många fiskerestaurangerna eller stenstranden med det lugna vattnet. Vill du vara mer aktiv kan du själv försöka följa med någon av fiskebåtarna ut på havet. Dykning och surfing är också populärt här.

## 5 x andra delar av ön

### För den festglada

Åker du till Gran Canaria för att festa rejält är det Playa del Inglés som gäller. Här är nattlivet som mest sprudlande om man gillar sena kvällar, dragshower och barrundor som aldrig verkar vilja ta slut. Det händer alltid något här och stranden är vit och fin, även om den inte direkt för tankarna till ett ostört paradiset.

### För äventyraren

Om du inte alls är ute efter den klassiska strandsemestern ska du bege dig till de centrala och västra delarna av ön. Byn San Nicolás är öns mest undanskymda by och den är definitivt inte turistig. Naturen i närheten är mer dramatisk än på många andra delar av ön. I mitten av ön finns även Valleseco, som är ett av de mest grönskande områdena, även om ordet betyder torr dal. Missa heller inte klipporna Roque Nublo och Roque Bentayga, som båda var heliga platser för Gran Canarias ursprungsbefolkning.

### För allätaren

Vill du ha nära till mycket är Maspalomas en bra idé. Här finns stranden med de vackra sanddynerna. Kom dock ihåg att den blir en nudiststrand efter några kilometer. Golfbana finns i närheten och det är inte långt till de olika temaparkerna om barnen blir otåliga. Den charmigaste delen av ön är det inte, men har du bil kan det vara en bra utgångspunkt för utflykter.

### Familjesemester

Kanarieöarna är populärt på höstlov, sportlov och jullov så självklart är det många som åker hit med hela familjen. Puerto Rico och stränderna i närheten, som till exempel Playa de Amadores passar bra för familjer och har inte alls samma nattliv

som Playa del Inglés. Här är det bad, utflykter och lugna restaurangbesök som gäller. Även San Agustín är barnvänligt och populärt bland turister.

### Pittoreskt och lantligt

Om man åker in mot landet från Puerto de Mogán mot byn

Mogán får man känna på en riktigt lantlig livsstil, som är långt borta från charterstränderna. Förutom Mogán bör man också besöka Veneguera-stranden. Man kan bara ta sig hit med bil vilket gör att det är få turister här. Vägen hit går genom en fin dalgång med fruktodlingar.



Pittoreska fiskebyn Puerto de Mogán.