

Mini Guía

Edenia Viajes México - Intranet

Geografía

Bergen

Bergen es la segunda ciudad más grande de Noruega. Situada en el **oeste del país**, era una parte de la Liga Hanseática. Bergen también es un municipio y la capital del **condado de Hordaland**. La ciudad se sitúa en la costa sudoeste de Noruega, en un valle formado por un grupo de montañas conocido colectivamente como **"de syv fjell" ("las siete montañas")**. Bergen es la capital oficiosa de la región conocida como Noruega Occidental, y también se la conoce y promociona como la puerta de entrada a los famosos **fiordos noruegos**, y por ello también se ha convertido en el mayor puerto de cruceros turísticos de Noruega, y uno de los mayores de Europa. Bergen fue una de las nueve ciudades europeas honradas con el título de **Capital Europea de la Cultura en 2000**.

Datos Generales

Superficie: **465 km²**

Población: **224.620 habitantes**

Gentilicio: **Noruego/a**

Idioma: **bokmål (forma noruega del danés) y el nynorsk (combinación del noruego hablado y el noruego antiguo)**

Nacionalidades y etnias: **97% nórdicos, bálticos y alpinos, y una minoría sami (lapona)**.

Religión: **96,4% Luteranismo, el resto otras creencias**

Moneda: **Corona Noruega (NOK)**

Principales recursos económicos: **petróleo, gas natural, minería, pesca (bacalao, salmón), construcción naval, y explotación forestal**

Principales socios comerciales: **Unión Europea (especialmente el Reino Unido, Alemania y Suecia)**

Forma de gobierno: **Monarquía Constitucional**

Rey: **Harald V**

Primer Ministro: **Jens Stoltenberg**

Prefijo Telefónico: **+47**

Hora local: **GMT+1**

Electricidad: **220 Voltios a 50 Hz.**

Pesos y medidas: **Sistema métrico**

Clima: **Bergen** pertenece a lo que se llama un **clima marítimo templado**, pese a su situación geográfica. Su **temperatura media en Enero** es de **2°C** y su **temperatura media en julio y agosto** es de **14°C**. En verano pueden alcanzarse temperaturas muy elevadas. Así en el 2004 se alcanzaron los 30,7°C, mientras que la temperatura mínima fue de -7°C. Bergen es reconocida por sus **abundantes lluvias**, (y ha sido llamada **La Ciudad de la Lluvia o la Seattle de Europa**), llegando a acumular más de 2250 mm anuales de media de precipitación.

De Compras

Uno de los artículos más típicos son las **prendas de vestir noruegas**, así como el **material deportivo y de campo, los trabajos de porcelana, cerámica y estaño sin plomo**, por lo que los artículos elaborados de este metal son aptos para cocinar.

El arte de la **joyería** es asimismo digno de mención. Encontrará desde **tembleques tradicionales y alfileres**, hasta **hermosas joyas de diseño con piedras naturales**, como el **"Thulitt"**, piedra nacional noruega.

Bergen ha sido durante siglos una ciudad comercial y tiene todo tipo de tiendas, desde pequeños establecimientos especializados hasta grandes centros comerciales. Los visitantes que vengan a Bergen buscando gangas se llevarán una decepción, ya que incluso los habitantes de la ciudad viajan regularmente a Newcastle-upon-Tyne (Inglaterra) para ir de compras porque les resulta más barato.

Las **calles peatonales de Gamle Strandgaten, Marken y Torgalmenningen** tienen tiendas que venden un poco de todo, **desde trolls y antigüedades pasando por jerséis noruegos, objetos de cerámica y joyería de plata**. **Husfliden**, en Vågsallmenningen, es una de las mejores tiendas de regalos.

En **Torget** se vende **pescado, verduras, flores, artesanía y souvenirs**. Abre de lunes a viernes de 07:00 a 16:00 h. y los sábados de 07:00 a 15:00 h. (en verano abre los jueves hasta las 19:00 h.). **Kjøttbasaren**, el

mercado de carnes restaurado de 1887, es el lugar para los sibaritas de la ciudad. Hay varios lugares para comer y nueve restaurantes "delicatessen".

Hay otro complejo comercial en Vestkanten, cerca del centro de ocio Vannkanten, aproximadamente a 20 minutos en autobús hacia el oeste del centro de Bergen.

El horario comercial normal es de 09:00 a 16:30 h. de lunes a viernes y sábados de 09:00 a 15:00 h., aunque algunas tiendas abren hasta más tarde los jueves (hasta las 19:00 h.). En diciembre, muchas tiendas abren los domingos. Los **centros comerciales** con un horario más amplio incluyen **Storsenter, Kløverhuset y Galleriet**, que abren de lunes a viernes hasta las 20:00 h. y los sábados hasta las 18:00 h. Galleriet tiene 70 tiendas y restaurantes y ofrece una gran variedad de productos y menús para todos los bolsillos. En la quinta planta del complejo hay espectáculos de música en directo, entretenimiento y exposiciones.

Para Visitar

Bergen. Fundada en el **año 1070** por el **Rey Olaf III**, es hoy, una ciudad muy bien conservada y una de las más limpias de Europa. Se distingue por sus numerosas casitas de madera de distintos colores en medio de una vegetación cercana al paraíso. La ciudad de Bergen se concentra alrededor del área histórica del puerto, en **el barrio de Brygen**. El centro tiene una disposición muy compacta y las principales zonas de interés están a poca distancia a pie unas de otras. **El Bryggen** se encuentra justo en el **centro del muelle**, junto al mercado de pescado. Caminando por el **Paseo Marítimo Tyskebriggen** se pueden admirar las construcciones de madera del siglo XVII, consideradas Patrimonio de la Humanidad. En la actualidad, el Bryggen está repleto de restaurantes, cafeterías y talleres de artistas. En su extremo oriental se encuentra **Torget**, el **pintoresco mercado de Bergen** en el que se vende pescado, verduras, flores, objetos de artesanía y souvenirs. Antiguamente era un animado centro comercial. Abre de lunes a viernes de 07:00 a 16:00 h. (excepto los jueves hasta las 19:00 h.) y los sábados de 07:00 a 15:00 h. En la temporada baja los horarios son más reducidos.

En Bryggen, también se encuentran **la Iglesia de Santa María (Mariakirken)**, del siglo XII de estilo románico, se trata del edificio más antiguo de Bergen. **La Fortaleza** del siglo XIII; el **Museo Hanseático**, este museo ocupa uno de los edificios de madera más antiguos del Bryggen del siglo XVI y con la mejor colección de muebles de época, ofrece la posibilidad de observar de cerca cómo vivían los ricos mercaderes hanseáticos de la época. El Horario de visita es todos los días de 09:00-17:00 h. (junio-agosto) y de 11:00-14:00 h. (septiembre-mayo). El **Museo Theta**, en un antiguo refugio de la resistencia; **la Torre Rosenkrantz**, del siglo XVI, el **Castillo de Bergen**, construido en los años 60 del siglo XVI por Erik Rosenkrantz, gobernador de Bergenhus, sirvió en la antigüedad de residencia fortificada. El edificio incorpora partes más antiguas entre las que se incluye una **torre del homenaje** del siglo XIII y se encuentra al lado del **Hakonshallen**, impresionante construcción de ceremonias construido por el rey Hakon Hakonsson el año de 1260. Y el **Museo Bryggens**, tras la destrucción de varias casas hanseáticas en 1955, los arqueólogos excavaron la zona y descubrieron los restos del asentamiento más antiguo de la ciudad, que databa del siglo XII. El museo fue construido alrededor de los restos y contiene objetos variados, entre los que destacan los trajes tradicionales. La colección incluye también inscripciones rúnicas, cerámicas y otros objetos que ilustran el comercio, la construcción de barcos, las actividades culturales, la artesanía y la vida diaria en tiempos medievales. EL horario es todos los días de 10:00-17:00 h. (mayo-agosto) y de lunes a viernes de 11:00-15:00 h., sábados de 12:00 a 15:00 h. y domingos de 12:00-16:00 h.(septiembre-abril).

A pesar del pequeño tamaño de la ciudad, hay suficientes atracciones para mantener a los visitantes entretenidos y la mayoría de éstas se encuentran en parajes de gran belleza natural. **Hay dos teleféricos** que llevan a los visitantes hasta la cima de dos de las montañas con las vistas más espectaculares de la ciudad. **Funicular de Fløibanen**, este funicular, inaugurado hace más de 80 años, lleva a los visitantes a la **cima del monte Fløyfjell**. El trayecto de subida dura alrededor de ocho minutos. Las vistas de la ciudad y las islas mar adentro que se disfrutan desde lo alto del monte son simplemente espectaculares. Hay un restaurante (abierto solo en verano), tiendas y senderos por la montaña. Horario: De lunes a viernes de 07:30-24:00 h.(hasta las 23:00 h. de septiembre a abril), sábados de 08:00-24:00 h. (23:30 h. de septiembre a abril), domingos de 09:00-24:00 h. (todos los días hasta las 23:00 h. de septiembre a abril). En las horas punta hay servicios adicionales. Hay que pagar entrada. Y el **Funicular de Ulriksbanen**, cada siete minutos, el funicular de Ulriksbanen transporta pasajeros hasta la **cima del monte Ulriken**, la montaña más alta de las siete que rodean la ciudad (642 metros). Desde lo alto, se pueden observar impresionantes vistas de la zona. También es posible realizar la popular caminata de cuatro horas de duración hasta el monte Fløien.

Los **cruceros a los fiordos** son también muy populares. La arquitectura local, en especial la del muelle hanseático del Bryggen y la de las casas de madera de vivos colores ofrecen buenas oportunidades para los amantes de la fotografía. Si, como ocurre a menudo, está lloviendo, existen numerosos museos como **el Bergen Schools Museum** de temas tan diversos como la pesca o la resistencia noruega durante la II Guerra Mundial. Hay también varias **galerías de arte de calidad**, sobre todo en la orilla sur del lago Lille Lungegårdsvann.

No puede dejar de visitarse algunos de los siguientes museos como: **Gamle Bergen Museum (Museo del Viejo Bergen)**. Situado a siete minutos en autobús del centro de la ciudad, este museo al aire libre alberga una colección de 40 casas que muestran cómo era la vida en Bergen en los siglos XVIII, XIX y principios del XX. La entrada al

museo y el parque es gratuita. Se encuentra en Elsesro, Sandviken y el horario de visitas es todos los días desde mediados de mayo a principios de septiembre, visitas guiadas cada hora entre las 10:00 y las 17:00 h. Aunque la entrada es gratuita, hay que pagar las vistas guiadas.

Vestlandske Kunstindustrimuseum (Museo Occidental de las Artes Decorativas). Este museo alberga exposiciones de arte, diseño y artesanía. La colección abarca 1.000 años y contiene objetos y muestras de Noruega y de otras partes del mundo. El museo también acoge la mayor colección de esculturas budistas de Europa y un programa regular de exposiciones temporales. El horario de visita es de martes a domingo de 11:00-16:00 h.(mayo-septiembre) y todos los días de 12:00-16:00 h.(septiembre-mayo).

Sin olvidar los **museos de Historia, el Marítimo, el de Arte y la Colección de Rasmus Meyer´s**. Y para quienes gustan de los animales, nada mejor que acudir al **Acuario de Bergen (Akvariet I Bergen)**, situado en el extremo de la península, el Acuario de Bergen contiene una de las mejores y más extensas colecciones de fauna marina de toda Europa. Además de la exposición de anfibios y reptiles acuáticos inaugurada en 2002, se han abierto nuevas secciones cuya temática se centra alrededor de la industria marina y la fauna polar, donde se pueden ver pingüinos y diferente fauna marina. El horario es todos los días 09:00-19:00 h.(mayo-septiembre) y de 10:00-18:00 h. (octubre-abril).

No debemos olvidarnos de **Damsgård Hovedgård**, se trata de una hermosa casa solariega de 1770, que se encuentra en Laksevåg, a 3 km al oeste del centro de Bergen, y está considerada el edificio de madera de este periodo mejor conservado de toda Europa. Se han recreado los jardines originales con la misma vegetación y diseño. El horario de visita es de martes a domingo de 11:00-17:00 h., cuenta con visitas guiadas cada hora de 11:00-16:00 h. de mayo a agosto. Hay que pagar entrada.

Formalidades

Para acceder al país sólo es necesario el pasaporte. Si su estancia va a prolongarse más de 90 días es necesario el visado.

Todas las facturas incluyen las tasas y los impuestos oficiales.

Restauración y Diversión

En **Bergen** tendrá la oportunidad de probar platos únicos y sorprendentes, como la **carne de ballena**, aunque suene un poco raro o exótico. Anteriormente la carne de este cetáceo era el sustituto de la carne de vaca. Actualmente y dada la precaria situación en la que se encuentran determinadas clases de ballena y por las restricciones en la pesca de ballenas, se ha vuelto una comida elitista y por supuesto, cara. **La carne de caza**, normalmente se cocina en época de celebraciones, tiene un gusto fuerte y suelen ir servidas de frutos del bosque, salsas al uso y vinos tintos o cerveza. En cuanto al resto de carnes o salchichas depende de su preparación aunque lo que más les gusta a los noruegos es el **"fenalar"** que es una pierna de cordero asada lentamente, tal como hacían los vikingos y el **"morr"**, una especie de salchicha ahumada.

El cordero suele ser una carne muy popular, sobre todo el **"farikal"**, que es un guisado de cordero acompañado de verduras sobre todo de col. Las **costillas de cordero curadas o "pinnekiott"** son otra delicia y suelen servirse en las cenas de navidad. Otro de sus platos favoritos es el **"smalahove"**, una cabeza de cordero ahumada de la cual, destacan los ojos como exquisitez.

El **pescado** es el rey de la mesa puesto que se trata de un pueblo con una tradición de grandes pescadores. Hay una gran variedad, entre ellos, **caballa, rodaballo, bacalao o arenques** preparados de diversas maneras desde el ahumado hasta el marinado, pasando por la plancha, al horno o hervido en agua y sin más. Pero por encima de todos destaca el **laks** (salmón ahumado o a la plancha), **los reker** (camarones hervidos) y el **torsk** (bacalao).

Las **frutas del bosque** son un manjar para los noruegos, y son esenciales para la elaboración de los postres tradicionales como el **"geitost"**, que prácticamente es un queso dulce para acompañar a las frutas, aunque también acompañan a algunos platos de carne, especialmente a los de caza. Hay que señalar entre ellos, **los arándanos, las fresas salvajes, bayas, frambuesas, zarzamora ártica, etc**, que sirven también para la preparación de zumos, aguardientes y licores así como para la elaboración de mermeladas y jaleas.

Los quesos de cabra merecen especial atención, destacando el **"gulost"** (generalmente son fuertes de sabor).

En los desayunos destacan el **queso de cabra dulce** denominado **geitost** y el **arenque en escabeche**. En algunas comunidades rurales, resulta difícil encontrar alcohol, ya que está prohibido.

En Bergen también podrá encontrar **estupendas cervezas, vinos y por supuesto un buen café**

Algunos de los Restaurantes que recomendamos son: **Bellevue**, ubicado en una tranquila e idílica zona residencial a tan sólo 10 minutos del centro, el Bellevue, tal como su nombre indica, ofrece unas hermosas vistas de Bergen. Fue inaugurado en 1899 y tiene una excelente reputación por la calidad de sus platos. La especialidad es salmón cocido al modo tradicional. Se exige chaqueta y corbata y se encuentra situado en Bellevuebakken 9; **Wesselstuen**, es un restaurante y bar en una bodega de vinos del siglo XVIII en Ole Bulls plass. Es célebre por su agradable y alegre ambiente y por su variedad de especialidades noruegas y platos de inspiración internacional o **Finnegaarden**, uno de los mejores y más antiguos restaurantes de la ciudad (tiene casi 300 años de antigüedad), el encantador Finnegaarden constituye uno de los ejemplos mejor conservados de un edificio típico de la zona de los muelles. Se puede disfrutar de una excelente comida en alguno de los hermosos comedores de madera. Dispone de menús de degustación y se encuentra en Rosenkrantzgaten 6.

Debido al pequeño tamaño de la ciudad, no existe ningún barrio en concreto que concentre toda la marcha nocturna, aunque las zonas más populares son el **Bryggen y Ole Bulls plass**. Los bares suelen cerrar sobre las 02:00 h., mientras que las discotecas nocturnas (que normalmente cobran una entrada de 50NOK o más) suelen permanecer abiertas hasta las 03:00 h. El consumo de cerveza y vino es legal a partir de los 18 años, pero para consumir licores se debe ser mayor de 20 años. Los precios de los bares, discotecas y restaurantes son muy elevados. De hecho, salir por la noche en Noruega es una de las actividades más caras que se pueden realizar (una cerveza cuesta 60NOK o más). Muchos pubs y bares de Bergen ofrecen actuaciones de música en directo los fines de semana. Algunos de los más conocidos son: **Banco Rotto**, un café de moda que antes era un banco por lo que los licores se guardan en una caja fuerte. Además es restaurante y piano bar. Los fines de semana hay música y baile. Se encuentra Vagsallmenningen; **Bors Café**, se trata de una antigua cervecería del siglo XIX, actualmente es un pub. También ofrece suculentos platos de comida casera; **Maxime**, es una concurrida discoteca de fines de semana, en Ole Bulls plass; **Bergen Jazz Forum**, es lugar obligatorio para los amantes de jazz y organiza conciertos nocturnos. Entre los clubs de ambiente cabe destacar el **Homofil Bevegelse o el Café Finken**, en Nygardsgt.

En Bergen podrá realizar desde **cilismo** hasta **multiaventura**, aparte de **deportes náuticos** como el **submarismo o vela**. Para realizar **cilismo** ha de saber que puede alquilar las bicicletas en **Vagsallmenning y en Bygarasjen**, durante todo el año. Para conseguir información sobre las pistas y rutas lo mejor es contactar con la Oficina de Turismo de Bergen. Para **actividades de multiaventura** debe dirigirse a **Voss Promotion**, se trata de un pequeño pueblo a 80 minutos de Bergen, donde ofrecen numerosas actividades al aire libre como **la pesca, equitación, escaldada, ciclismo, parapente, rafting, etc.**

En lo referente a los deportes náuticos, para los **amantes del submarinismo**, deben dirigirse a **Dixie Dive** en Georgernes Verft (Astviet), y para los que prefieran **la vela** deben acudir al **Club Náutico de Bergen**, situado en el muelle deportivo en Hjellesstad.

Además de las ya mencionadas actividades, también es posible **jugar al golf** en el **Campo de golf de Astveit**, se trata de un campo de 9 hoyos, a tan sólo 15 minutos al Norte de Bergen.

Y para los **amantes de la pesca**, pueden disfrutar en el **Barco Fiskestrilen**, que ofrece pesca nocturna de abadejo, bacalao y caballa desde Glesvaer, en la isla de Sotra, a una hora en coche de Bergen.

Excursiones

Desde Bergen parten las **excursiones hacia los fiordos** más impresionantes de Noruega. En los estrechos ramales de los fiordos coinciden altas cumbres de 2.000 metros de altura con profundidades marinas de 1.300 metros. Hay centenares de fiordos, grandes y pequeños que serpentean kilómetros tras kilómetros, tierra adentro, abriéndose paso entre las montañas. Desde abajo se asoman las cumbres, algunas de ellas con nieves perpetuas.

Los fiordos, ríos de hielo, asombran a todos los viajeros de espíritu aventurero. Por eso es recomendable subir a uno de los muchos barcos costeros locales que llevan a lugares inaccesibles por carretera. El **fiordo** más cercano a Bergen es el de **Hardangerfjord**, en medio de una naturaleza increíble. Sin embargo, entre los fiordos más populares se encuentra **el de Sognefjord**, el fiordo noruego más largo del país, con 200 kilómetros de longitud. La experiencia de navegarlo se vuelve inolvidable. En la travesía se pueden visitar pequeñas y pintorescas poblaciones como **Flam, Vangsnes, Balestrand, Fjaerland, Sogndal y Nigarsbreen**.

El Fiordo Nordfjord, es para muchos viajeros, el final del viaje. Con más de 100 kilómetros de longitud. Su principal atractivo, además de la insólita naturaleza, es el **Glaciar Briksdal**, brazo de hielo del **Glaciar Jostedal**. Es también, la entrada al **Parque Nacional de Jotunheimen**, que comprende más de 60 glaciares, los picos más altos del país, así como bellos valles con lagos y cascadas.

Andalsnes se encuentra al final del **Fiordo Romdalsfjord**, después de dejar Alesund, y constituye la entrada a los

fiordos del oeste. La ciudad cuenta con un **pequeño museo**, pero su principal atractivo es ser el punto de partida para las excursiones y para las ascensiones.

Para quienes quieran visitar **el Geirangerfjord**, de 16 kilómetros de longitud, lo más recomendable es viajar hasta la pequeña **población de Geiranger**, en medio de **cascadas** muy bellas como **la de Storseter**.

Al norte de Alesund se encuentra **Molde**. Lo más destacado de la localidad es su **Festival de Jazz**, que se celebra en verano. **Kristiansund**, un histórico puerto, es otra de las paradas obligadas en esta ruta por los fiordos centrales.

Además de los fiordos la región central de Noruega ofrece como atractivo sus **montañas y valles cubiertos de bosques, ríos y lagos**.

La ciudad industrial de Kongsberg es famosa por su plata. Se pueden visitar su iglesia, el Museo de la Minería y el Museo del Esquí. No muy lejos están las minas de plata de Solgruvene.

A medio camino entre Bergen y Oslo se encuentra **Geilo**, una activa estación invernal que atrae a numerosos turistas. Allí se encuentra **el Parque Hardangervidda**, el más importante del país. En él habitan renos, numerosas especies de aves y otros animales en extinción. Las estaciones de esquí se reparten entre las montañas de la región. No deje de visitar **la Iglesia de Torpo**.

En el **extremo nororiental de la región central** de Noruega se encuentra **Roros**, un pueblo minero. Se puede visitar su **casco antiguo** con las típicas casas de los trabajadores de las minas de cobre que poblaban el lugar (todavía se puede ver alguna). También podrá visitar su **iglesia y el museo de la ciudad**.