

**SPF Seniorerna Medelpad i
samarbete med**



Komfort Resor
Att resa är att leva

**Följ med på "Må Bra-resa" till Benalmádena på
spanska solkusten
Costa del Sol - Andalusien**

med Gibraltar, Ronda, Mijas och Guadalhorcedalen

8-dagars flygresa från Stockholm Arlanda

Avresa söndag 3 november 2024

Efter ett års uppehåll kan vi åter erbjuda en MåBra-resa, denna gång går inbjudan till alla medlemmar i SPF Seniorerna Medelpad. En resa med sol, värme, avkoppling, god mat och dryck, intressanta utflykter och umgänge med likasinnade. Efter detta uppehåll väljer vi att satsa på ett säkert kort: Costa del Sol på den Andalusiska kusten. I samarbete med Komfort Resor och Carmen Spain Experience välkomnar vi alla på en härlig 8 dagars "Må-Bra-resa" till Benalmádena på den spanska solkusten precis väster om Málaga. Vi bor på förstklassiga MAC Hotel Puerto Marina med nära till havet och strandpromenaden med butiker och kaféer. Hotellet bjuder på underhållning och dans ett flertal kvällar i veckan. Under vår vistelse ingår tre utflykter i Andalusien, alla med vår svensktalande lokalguide Carmen Rios Sanchez.



Vårt hotell MAC Puerto Marina i Benalmádena, Hotellets hemsida:
www.macpuertomarina.com/en/

Söndag 3 november: Resdag Sundsvall Malaga

De som valt att åka med vår transferbuss samlas på morgonen på Navet för färd till Arlanda Flygplats. Vårt flyg med SAS går kl 13.05 direkt till Málaga vilket ger oss en bra starttid från Sundsvall på morgonen (OBS: Ingen mat ingår på planet men man kan köpa enklare mat och dryck ombord). Vid ankomst till Málagas flygplats kl 17.25 hämtar vi upp vårt bagage och samlas utanför tullområdet där vi möts av vår lokalguide Carmen Rios Sanchez. Carmen är uppvuxen i Göteborg och pratar flytande svenska. Efter en knapp halvtimmes färd från Malaga checkar vi in på det fina MAC Puerto Marina Hotel i turistorten Benalmádena. Middag serveras därefter i hotellets restaurang. Efter en lång dag längtar nog många till en god natts sömn.

Måndag 4 november – söndag 10 november: Vi njuter av tillvaron i Benalmádena varvat med spännande utflykter (exakta dagar för utflykterna är ännu inte bestämt).

Utflykter:

1. Ronda och vingårdsbesök med vinprovning

Ronda är en av Spaniens äldsta städer med ursprung från stenåldern och ligger i en bergstrakt 740 meter över havet. Staden delas av "El Tajo" som är en 120 meter djup ravin över floden Guadalvin. Staden kopplas ihop med tre broar över ravinerna. Vi gör en rundtur i staden och får då möjlighet att se Rondas tjurfäktnings-arena, som är en av Spaniens äldsta och bäst bevarade. Vi får höra om tjurfäktingens historia men även om hur man idag resonerar kring den omdiskuterade traditionen. Vi avnjuter en trivsam gemensam lunch och besöker en lokal vinproducent för intressant vinprovning.



Ronda

2. Gibraltar

Vi åker med bussen längs solkusten till Gibraltar som är en brittisk enklav på det spanska fastlandet. Här möts vi av minibussar som tar oss med på en rundtur runt Gibraltarhalvön. Vi stannar självklart till vid utsiktspunkten Europa Point där man vid vackert väder kan se över till Marocko. Vid droppstengrottan St. Michaels grotta får vi chans att träffa makakaporna som bor på Giblartarklippan. Gibraltar är inte längre medlem i EU och här handlar man taxfree vilket gör att köp av alkohol, tobak, kläder, parfym, smycken etc. blir mycket prisvärt. Vi får därför god tid till lunch och shopping på egen hand innan vi beger oss hemåt igen till Benalmádena. Pass är ett måste att ta med sig på denna utflykt! (Det tar knappt två timmar med bussen till Gibraltar och det gör att vi kan få god tid i Gibraltar)



Gibraltars berömda apor



Grottorna i Gibraltar

3. Andalusiska landsbygden med den vita staden Mijas och Juanito Orange

Idag blir det en härlig och trivsamtur till den vackra Guadalhorcedalen även kallad för Andalusiens gröna trädgård. Tack vare ett mycket bördigt landskap och omgiven av beskyddande berg, frodas här apelsin-, citron-, mandel- och olivträd. Dessutom odlas numera även vinrankor i området. Innan vi når Guadalhorcedalen gör vi ett stopp i den trivsamma vita och vackra byn Mijas med sina smala kullerstengator och inbjudande torg. Romarna gav staden namnet Tamisa som senare blev namnet Mixa under det muslimska väldet. När de spanska kungarna återtog Spanien kom byn att kallas för Mijas. Vi gör en liten promenad i byn och tar en fika innan vi styr nosen till vår älskade apelsinman Juanito Orange. Vi njuter av hans gröna citrusträdgård och tar del av hans stora passion för fruktträd. Till lunch får vi en lantlig paella tillagad på gården.



Mijas

Söndag 10 november: Hemresa

Sovmorgon och vi kan njuta av en sen frukost. Förmiddagen är ledig för egna strövtåg i Benalmadena eller bara slappna av och njuta de sista solstrålerna vid poolen innan bussen till flygplatsen går kl. 15.00. Vi måste lämna våra rum senast kl. 12.00 men kan ställa in bagaget i hotellets bagagerum fram till bussen går. På Malagas flygplats får vi tid till en sen lunch för egen räkning. Vårt flyg tillbaka till Stockholm/Arlanda går kl. 18.15 och ankomst Arlanda är kl. 22.40 där vår buss väntar för vidare transport till Sundsvall. Beräknad ankomst till Sundsvall kl. 03.30 efter en lång dag.



Benalmádena

Allmän information:

Vårt hotell:

Hotel MAC Puerto Marina ****
Avenida del Puerto Deportivo, s/n
E-29 630 Benalmádena (Málaga)
+34 952 96 16 96
www.macpuertomarina.com



Vårt fina hotell



Glöm ej giltigt pass!

För mera information om olika sevärdheter på resan, kan du via Internet surfa in på följande sajter:

www.sas.se (Flygbolaget vi åker med)

www.macpuertomarina.com/en (Hotellet vi bor på i Benalmádena)

www.costadelsol.se (Turistinformation/tips på svenska om Costa del Sol)

www.costadelsol.se/benalmadena/ (Turistinformation om Benalmádena på svenska)

www.youtube.com/watch?v=82ACJ_WRIQs film på Youtube från Benalmádena februari 2024)

www.youtube.com/watch?v=Y2YrX-n2I6Q film på Youtube om vad man kan hitta på i Benalmádena

Resebagage:

23 kg incheckat bagage, 8 kg handbagage



Vår härliga lokalguide Carmen Rios Sanchez



Flamenco Show finns i Benalmádena

Välkommen till höstens trevliga må-bra-resa!

Komfort Resor

Där kvalitet är tradition

Kapplandsgatan 10, 414 78 Göteborg Tfn 031-41 12 00 mobil 0705-41 49 03

www.komfortresor.se