

# Lunnefågelnas rike på Vestlandet i Norge

---

## LUNNEFÅGLARNAS RIKE PÅ VESTLANDET, NORGE

---

- Fotografera mängder av lunnefåglar på Rundes gröna fågelklippor
- Fotoresan koncentrerar sig på de allra bästa tiderna och datum på året för att få så bra bilder på lunnefåglar som möjligt
- Två båtturer ut till fågelklipporna med havsule-kolonier – en kvällstur vid solnedgång
- Lunnefåglar, sillgrisslor, toppskarv och tretåiga måsar på båtturerna
- Ett häpnadsväckande landskap med grönbeklädda berg och branta klippkanter
- Långa sommarkvällar- och nätter gör fotografering av sjöfåglar och landskapsfotografering magisk
- Dagar med Lightroomutbildning och fotogenomgångar
- Handledning, tips & råd av naturfotograf Niklas
- En liten grupp av endast **7 deltagare** ger en exklusiv och personlig fotoresa.

På kvällen kommer de inflygande till ön Runde efter att ha tillbringat större delen av dagen till havs. Jag talar förstås om den charmiga och fotogeniska lunnefågeln.

Vi har självklart första parkett för att fotografera de små clownfågelnas vid deras inflygning, men vi väljer också de mer obekväma tiderna för att få arbeta ensamma med lunnefågelnas och dessutom få det bästa blå ljuset.

Förutom detta fantastiska naturskådespel kommer vi att stifta bekantskap med havsulan i den stora kolonin som finns här på ön Runde. Detta, tillsammans med många andra fåglar, bland annat storlabb, och landskapsfotografering, gör detta till en magisk fotoresa.

### Lunnefågelnas rike på Runde

---

Ön Runde har en rik population av lunnefåglar, vilket lockar naturintresserade och fotografer till denna ö på Vestlandet i Norge. En lunnefågel är svår att ta miste på med sin färgglada näbb i nyanser av rött, orange och gult. Det finns ingen annan sjöfågel som ens kommer i närheten av att likna en lunnefågel. Med sina markerade triangelformade gråblå markeringar runt ögonen, sin vita buk och svarta vingar tillhör den en av mina absoluta favoritfåglar att fotografera.

Förutom här på Runde, brukar jag också fotografera lunnefåglar på Hornøya i Varanger under vintertid. Men dessa två fotoresor skiljer sig mycket åt, och lunnefågeln karaktär förändras markant från tidig vår till sommarmånaderna.

På dagarna tillbringar de flesta lunnefåglar sin tid med att söka föda ute till havs. Här stannar de tills kvällen, då de flyger in till fågelklipporna på Runde för att se efter sina bohålor, mata sina ungar och socialisera med sin partner. Lunnefåglar skapar livslånga förhållanden med sin partner och är till största delen monogama. De bygger sina bon i håligheter och mellan stenar, gärna i anslutning till grästuvor på Rundes branta och gröna klippkanter.

## **Fotografera lunnefågel**

---

För att undvika konkurrens från andra fågelskådare åker vi innan semestern har börjat för de flesta, samt mitt i veckan. På detta sätt får vi en så genuin upplevelse av lunnefågeln och Runde som möjligt, samt chansen till fler och bättre bilder.

Lunnefågeln på Runde brukar komma in till klipporna på kvällen och stannar sedan till midnatt innan de flyger tillbaka ut till havs. Jag har dock uppmärksammat att de ofta stannar mycket längre än så, ända fram till cirka 02:30 eller 03:00 har det funnits många lunnefåglar kvar på fågelberget. Vi kommer naturligtvis att vara där när lunnefågeln flyger in till klipporna, men vi kommer också att koncentrera oss på sen kväll och natt för att kunna arbeta helt i fred med lunnefågeln. Det är ofta då som ljuset är som allra vackrast, med en blå toning.

Under denna tid i juni går solen nästan inte ner här på Vestlandet i Norge. Vi kan räkna med cirka två timmar av skymning, och resterande tid är soluppgång eller solnedgång. Vi har med andra ord mycket tid på sena kvällar att fotografera i det allra bästa ljuset. Faktum är att det bästa och renaste blå ljuset inträffar cirka en timme efter solnedgång och det händer verkligen något med bilderna på lunnefåglar i detta klara blå ljus.

## **En av Norges största havsulor kolonier**

---

Här på Runde finns en av Norges största havsulor kolonier. De är svårtillgängliga från klipporna till fots. Därför kommer vi på denna fotoresa att åka ut till havsulor kolonierna två gånger med båt: en gång på dagen och en gång vid solnedgång. Att fotografera från båten är spännande, och det går att komma nära havsulorna när de flyger över båten. Här finns också möjlighet att fotografera havsulorna när de ligger vid sina bon, snett nedifrån. Jag hyr hela båten för dagen, så att vi får så bra fotografering och upplevelse som möjligt!

Havsulorna är kanske mest kända för sina dykningar ner i havet efter fisk. Det är en spektakulär syn när de från mycket hög höjd, som en pil, bryter vattnets yta i jakten på föda. Att få fånga det beteendet på bild skulle verkligen vara fantastiskt.

Förutom den stora koncentrationen av havsulor kommer vi på vår båtfärd ha chanser att se toppskarv, sillgrisslor, tretåig mås och lunnefåglar.

## **Branta klippor, kuststräckor och gröna ängar**

---

Som vanligt när det kommer till mina fotoresor, nöjer vi oss inte enbart med att fotografera fåglar och däggdjur. Landskapet är också viktigt att fånga på bild, eftersom det berättar mycket om platsen du har besökt. Landskapet blir med andra ord en del av berättelsen om lunnefåglarna och havsulorna på Runde.

Landskapet här är fantastiskt, med branta klippkanter som står upp som stenhjättar ur havet. Man känner sig ganska liten när man står här uppe och blickar ner mot havet. Dessa klippor är också gröna av all växtlighet, vilket bara förbättrar landskapsfotograferingen. Mellan höjderna sträcker sig stora frodiga ängar med riklig växtlighet och en hel del orkidéer. Det är på dessa ängar man ofta kan se storlabben, men också andra fåglar som exempelvis ängspiplärka och storspov.

Här uppe på Runde-berget finns också två små sjöar, Lisjevatnet och Storevatnet. När solen sänker sig över klippkanterna och det vackra kvällsljuset kommer, kan dessa två sjöar förhöja landskapsfotograferingen där de ligger insprängda mellan bergstopparna.

Landskapet omkring Runde är också vackert med långa kuststräckor och riklig flora, inte minst orkidéer. Här kommer vi också att fotografera, inte minst för att komma nära strandskator och gravänder.

## **PROGRAM**

---

*Observera att detta reseprogram kan komma att ändras beroende på väder eller andra oförutsägbara händelser.*

### **Dag 1:**

Vi möts på vårt boende, Runde Miljøcenter, där vi packar upp våra saker och gör oss färdiga. Efter detta har vi en genomgång av vad vi kommer att fotografera de närmaste dagarna, och jag ger dig tips och råd inför fotograferingen. Idag äter vi en tidig middag för att sedan gå upp mot Rundeberget för vår första fotograferingssession med lunnefåglarna. Här uppe på Rundeberget stannar vi till midnatt och går sedan i sakta mak ner.

### **Dag 2:**

Vi tar sovmorgon och går upp och äter frukost. På förmiddagen åker vi ut på vår första båttur till fågelklippan och fotograferar bland annat havsulor, lunnefåglar, toppskarvar och sillgrisslor. När vi kommer i land äter vi lunch.

Efter lunchen har vi en genomgång i efterbehandling och tittar närmare på bilderna som vi tog dag 1 på lunnefåglarna, samt vad vi kan göra för att arbeta med dem i efterbehandlingen.

Vi äter en tidig middag, och mot kvällen åker vi ut på vår andra båttur för att fotografera vid fågelklippan igen, denna gång i solnedgång. Vi åker sedan tillbaka till vårt boende.

---

### Dag 3:

Idag tar vi återigen sovmorgon och äter en sen frukost. Under dagen går vi ut och fotograferar strandskator och gravänder vid kuststräckan. Vi äter sedan lunch och fortsätter med efterbehandlingen av våra bilder, denna gång från gårdagens fotografering, med bland annat havsulor. Givetvis ger jag dig massor av tips, råd och handledning för efterbehandlingen.

Vi äter en tidig middag och beger oss sedan upp på Rundeberget igen. Idag börjar vi med landskapsfotografering och går sedan bort mot lunnefåglarna, där vi stannar till midnatt. På vägen ner från Rundeberget håller vi utkik efter storlabben, men också andra fåglar som exempelvis ängspiplärka och storspov. Vi kommer att vara ute länge denna dag i midnattsolen.

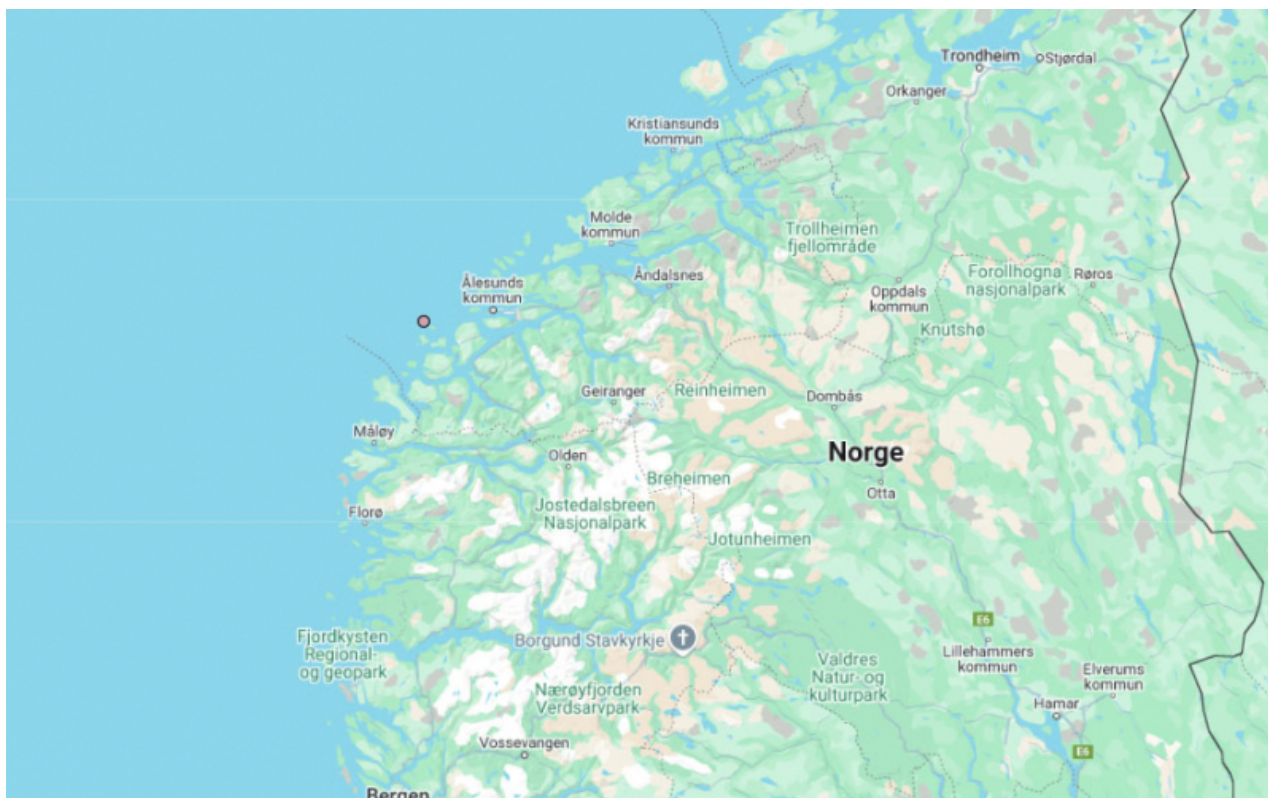
---

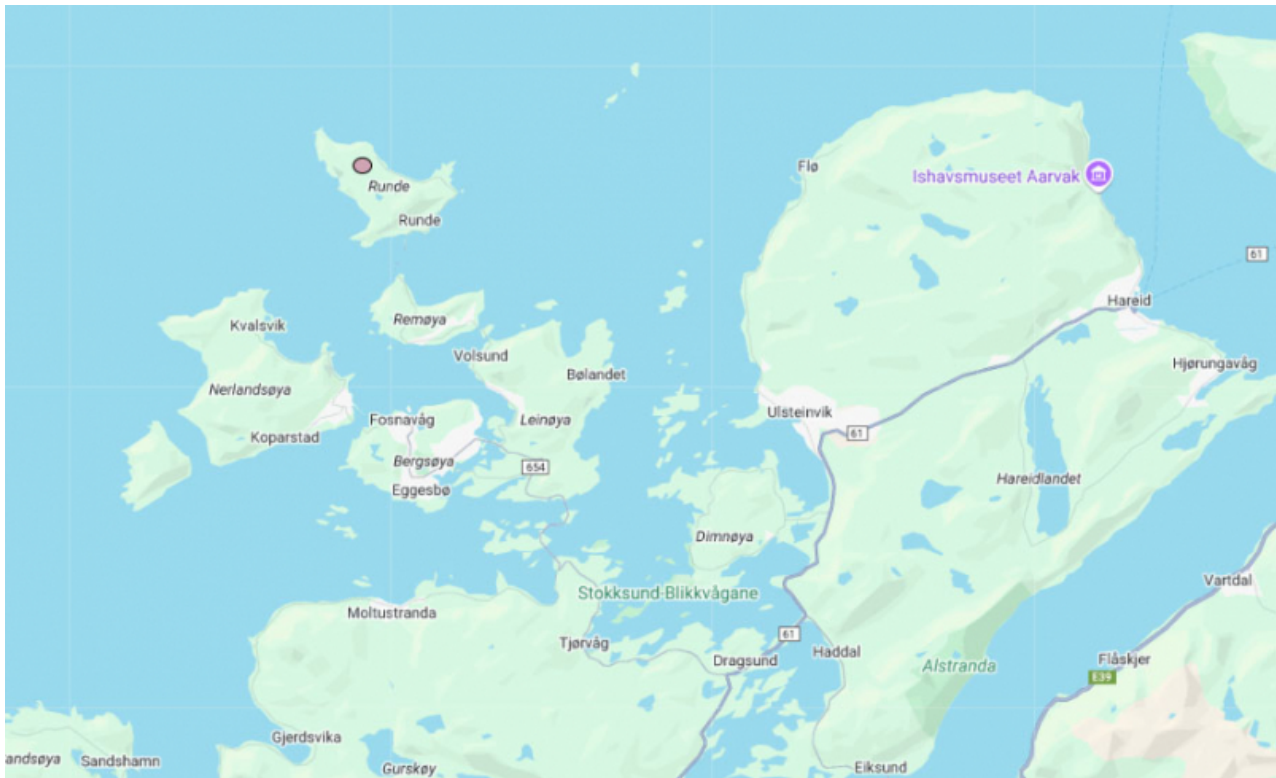
### Dag 4:

Idag är det sista dagen på vår fotoresa till Runde. Vi äter en sen frukost och avslutar sedan denna fotoresa med en bildvisning.

## KARTA

---





**Runde, Norge** (öppnas i Google Earth)

## **TRANSPORT**

---

Du tar dig själv till Runde i Norge med bil. Det finns även möjlighet att ta tåg till Ålesund och bli upphämtad där. Ett annat alternativ är att ta flyget till Ålesund, Norge och antingen ta buss från Ålesund till Runde, alternativt bli upphämtad av mig. Observera att det är i mån av plats i bilen.

Kontakta mig för mer information. Vi samlas upp vid vårt boende Runde Miljöcenter. Vägbeskrivning finner du här: <https://tinyurl.com/yp29dzt5>

## **BOENDE**

---

Vi kommer att bo i nyrenoverade lägenheter som ligger ute på Runde. I varje lägenhet finns ett enkelrum och ett sovrum med twin-beds (del i dubbelrum ingår i priset). Möjlighet för enkelrum finns.

Lägenheterna har toalett och dusch, kylskåp/frys och spis.

- Sänglakan och handdukar ingår.
- Möjlighet för enkelrum finns.



## **ENKELRUM**

---

Det finns möjlighet att boka enkelrum på detta boende. Enkelrum kan fås i mån av plats.

## **MÅLTIDER**

---

På denna fotoresa ingår det frukost och lunch (matpacke) enligt program nedan.

Dag 1: Inga måltider ingår (tid endast för middag på kvällen).

Dag 2: Frukost och lunch (matpacke) ingår.

Dag 3: Frukost och lunch (matpacke) ingår.

Dag 4: Frukost ingår (resdag)

## VÄDER & KLIMAT

---

I juni kan vädret på Runde vara ganska varierande. Dagstemperaturerna ligger vanligtvis mellan 10 och 15 grader, medan nattliga temperaturer ofta sjunker till runt 5-10 grader. Det är en månad med en del regn, så det är bra att vara förberedd på både regniga och soliga dagar. Vinden kan variera från mild till måttlig, och det kan ibland bli ganska blåsigt.

## KLÄDER & UTRUSTNING

---

Jag vill påminna om att packning är en individuell process, och det är viktigt att du tar hänsyn till dina egna behov och preferenser när du väljer vad du ska ta med dig. Denna lista kan användas som en utgångspunkt för att hjälpa dig planera inför din resa. Kom ihåg att anpassa din packning efter faktorer som väderförhållanden, planerade aktiviteter och din personliga komfortnivå.

Notera också att denna lista inte inkluderar de mer uppenbara sakerna att packa ner, såsom underkläder, vardagströjor, mediciner och andra personliga föremål. Dessa grundläggande föremål för din dagliga användning förväntas självklart ingå i din packning.

### **Kläder & utrustning:**

- Oömma kläder
- Slitstarka långbyxor
- Bra vattentäta kängor
- Regnkläder
- Vindjacka
- Vardagliga kläder & ombyten
- Kortbyxor & t-shirts
- Keps eller hatt
- Förstärkningsplagg
- Mössa
- Vandringsstavar
- Vattenflaska
- Kikare
- Solglasögon
- Ficklampa eller pannlampa
- Öronproppar
- Kaffetermos
- Sittunderlag
- Om du lätt blir hungrig bör du ha med dig några "powerbars" eller frukt ut i fält.
- *Glöm inte att packa ner dina "egna saker" också.*

Du kan aldrig få nog mycket av sladdar, adaptrar och Power banks. Viktigt att ta med sig enligt min mening är så klart laddare för kamerabatterier och mobiltelefon men också grendosa för att kunna använda fler uttag för laddning.

## Elektronisk utrustning:

- Laddare till alla dina elektroniska enheter
- En grendosa
- Powerbank
- USB-kablar

## KAMERAUTRUSTNING

---

Listan nedan är avsedd som inspiration och vägledning för din fotografering. Var medveten om att dina egna fotograferingsmål och preferenser kan vara helt unika, så använd listan som en utgångspunkt och anpassa den efter dina behov och önskemål.

På denna fotoresa till ön Runde i juni är fokus på fågelfotografering, särskilt lunnefågel, tordmule och andra sjöfåglar. För att fånga lunnefågeln, som ofta kommer nära, kan ett kort teleobjektiv vara användbart. För att fotografera tordmule och andra fåglar som kan befinna sig längre bort, är ett långt teleobjektiv nödvändigt. Dessutom är ett vidvinkelobjektiv bra för att fånga landskap och för att skapa intima och breda bilder av lunnefågeln i sin miljö.

Kamerautrustning:

- Ett teleobjektiv från cirka (400 mm >) för fåglar på avstånd
- Ett kort teleobjektiv (100 – 300 mm >) för närbilder på lunnefåglar och intima landskap
- Vidvinkelobjektiv (14 mm – 35 mm) för landskap och för att fånga lunnefågeln i sin omgivning
- Eventuellt ett makroobjektiv för orkidéer och växter
- Eventuellt stativ
- Extra minneskort
- Extra kamerabatterier
- Extra linslock
- En stark ficklampa för kvällsfotografering
- Eventuella filter för landskapsfotografering, exempelvis ND, avtonat gråfilter eller polfilter
- En mikrofiberduk för att rengöra optiken
- En blåsbälg för att ta bort smuts och avtryck på glaset på objektivet
- Ett vattentätt kamerahölje eller regnskydd för din kamera
- Dator för redigering av dina bilder
- Backuplösning för dina bilder
- Laptop för redigering av bilder.

## GRUPPEN

---

Maxantalet deltagare på denna fotoresa är **7 personer** (8 inklusive mig). Vi kommer att åka mot gemensamma mål som en grupp.



Samtidigt är det viktigt att du som deltagare, om du önskar, har möjlighet att gå din egen väg och söka upp de motiv du vill fotografera. Vissa fotografer fungerar bäst i grupp medan andra föredrar att fotografera och hitta sina motiv på egen hand.

Du kommer att ha möjlighet att välja mellan dessa två scenarier. Tänk dock på att det är "frihet under ansvar" och i enlighet med resevillkoren är det ditt ansvar att passa tider och ha personliga försäkringar.

## **ÄR DET FYSISKT ANSTRÄNGANDE?**

---

För att delta på denna fotoresa behöver du ha en god grundkondition och kunna röra dig obehindrat. Den första biten upp på Runde är brant men kort, så en viss fysisk förberedelse och uthållighet är nödvändig för att kunna njuta av och ta del av alla fotoäventyr.

## **DIN TRYGGHET**

---

För mig som reseledare och fotograf är tryggheten för dig som deltagare och resenär givetvis extremt viktig! Jag kommer aldrig att utsätta dig som resenär eller deltagare till något som kan innebära fara eller skada för hälsan. Jag kontrollerar och håller mig uppdaterad på säkerhetsläget till mina destinationer och skulle det uppstå problematik, så som naturkatastrof, oroligheter, krig och så vidare får du resan återbetald i enlighet med **Kammarkollegiet**.

När du bokar en fotoresa, workshop eller kurs med Fröstad Naturfoto tycker jag att det är viktigt att du ska känna dig trygg om något inträffar så att fotoresan, workshopen eller kursen inte kan genomföras. I exempelvis händelse av lagändringar, inreseförbud, avrådan från Utrikesdepartementet eller andra omständigheter som omöjliggör aktivitetens trygghet, kommer aktiviteten ställas in och då följer jag paketreselagen. Om en kurs eller workshop utan inkluderad transport och boende blir inställt på grund av händelser som ligger utanför min kontroll ersätts även hela ditt inbetalade belopp.

I övrigt, gäller mina ordinarie resevillkor som du kan läsa om här: <https://www.frostadnaturfoto.se/kurs-och-resevillkor/>

Jag har också ordnat resegaranti genom Kammarkollegiet. Att jag har ordnat med resegaranti innebär att du kan få ersättning om någon del av din paketresa eller sammanlänkade researrangemang blir inställt om vi skulle drabbas av insolvens (konkurs).

Att jag har ordnat med resegaranti betyder att du har rätt till ersättning för den del av paketresan eller sammanlänkade researrangemanget som vi ansvarar för och som inte har fullgjorts.



**KAMMARKOLLEGIET**