

Jamaicas beste opplevelser

Reggaerytmer, avslappa liv i evig sol og sommer – det er Jamaica på sitt beste! Vi dro øya på kryss og tvers, med Bob Marley som guide.

TEKST: VIBEKE MONTERO FOTO: VIBEKE MONTERO, ISTOCK PHOTO, ALL OVER PRESS OG GETTYIMAGES



1 Naturlig mystikk ved fossefallet Dunn's River
«There's a natural mystic blowing through the air», sang han. Resten av teksten er ikke like positiv, men **står man ansikt til ansikt med et av Jamaicas fossefall, så er det ingen tvil om at du kan kjenne på naturens magi.** Velkjente Dunn's River Falls nær Ocho Rios i nord er daglig valfartssted for tusenvis av cruiseturister. Fossefallet YS ligger også idyllisk til på sørkysten i nærheten av Rio Negro, langt unna massene. Minst like vakkert!

God fornøyelse:
Glem livets kjas og mas i naturens egen spaavdeling.

Paradis: Seven Mile Beach i Negril er Jamaicas aller vakreste.



Jamaicas store sønn: Bob Marley er verdens mestselgende reggaeartist noensinne.



2 Ewig solskinn på Seven Mile Beach

«Sun is shining, the weather is sweet», sang han. Og det er akkurat sånn det føles når du kommer til Seven Mile Beach for første gang. **Her er det lett å være menneske. Stranda er myk og hvit, havet er krystallklart og setter du på deg dykkermaske, ser du hundrevis av små, fargerike fisk rundt deg. En sanseopplevelse å unne seg.**

De større all inclusive-hotellene ligger lengst nord på

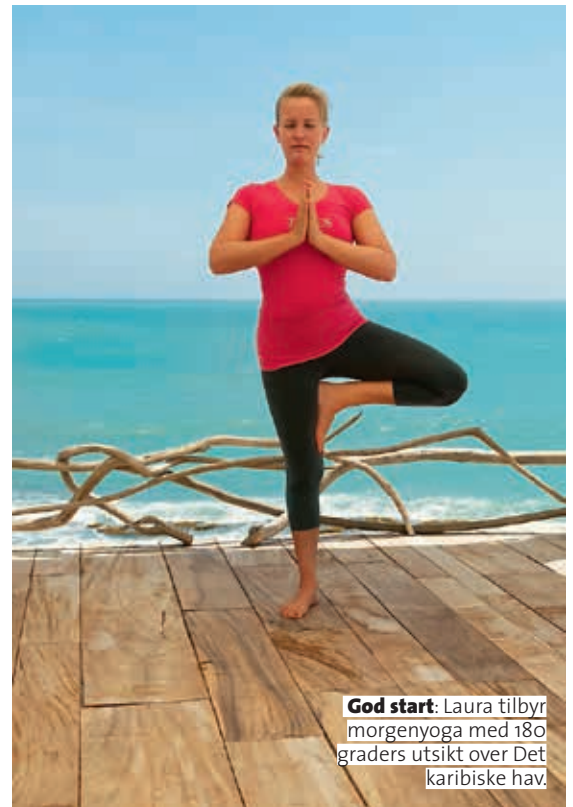
strandstrekninga, og har private strender.

Lenger sør er stranda åpen for alle, og hotellene har en lavere profil. Andre gode strender på øya er Ocho Rios og Doctor's Cave Beach i Montego Bay. Vårt favoritt hotell er Couples Swept Away som ligger i Negril der stranda er på sitt bredeste og vakreste. **Pris fra 26 848,- kroner per person inkludert fly og all inclusive i to uker. Startour.no**

3 Positive vibber med karibisk utsikt

«Say you just can't live that negative way, if you know what I mean; make way for the positive day», sang han. Det er akkurat det vi gjør når vi hilser sola velkommen fra takterrassen på Jake's Hotel.

Med 180 graders utsikt over Treasure Beach og til lyden av de karibiske bølgeslagene, føler vi oss merkelig hjemme. Her er vi likevel langt unna opptråkka turiststier, og Treasure Beach er fortsatt et område der du kan oppleve det ekte Jamaica med alt det innebærer av jerk-grillet mat, hyggelige folk og en og annen vaskeekte rastafari. Jake's Hotel er en institusjon som drives økologisk og med hele hjertet. Her kan du slappe av, vel vitende om at du er i gode hender hos vertskapet Jason og Laura. Det er Laura som står for de daglige yogatimene, og hun har en tilstedeværelse det er få forunt. Sjekk nettsiden deres for oppdateringer om kommende yogakurs. **Priseksempel: Drop in koster 20 US dollar per time. En ukes yogakurs inkl. overnatting i dobbeltrom koster kr 6 300,- Jakeshotel.com**



God start: Laura tilbyr morgenyoga med 180 graders utsikt over Det karibiske hav.

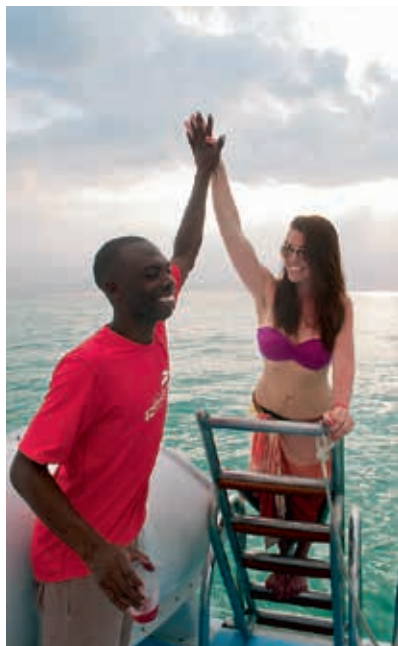


4 Kjærlighet på katamarancruise

«One love! One heart! Let's get together and feel all right».

Tenk deg kombinasjonen lekker katamaran + fantastisk musikk + åpen bar med romcocktails. Sleng dette midt uti Det karibiske hav, omtrent når sola er på vei ned, og du har oppskriften på en vellykka fest. Hvis båtmannskapet mot formodning synes det blir litt for laber stemning, blir du bedt om å «mek som noise» på ekte patois (engelsk med kryddret aksent). Det betyr at det er fritt fram å danse, feste, synge og stort sett gjøre som du vil. En herlig måte å oppleve Jamaicas kystlinje på!

Pris: 80,- US dollar per person, alt inkludert. Islandroutes.com



Stemming: Se solnedgangen med en romcocktail i hånda og reggaemusikk på ørene.



Vannridning: Hestene hos Chukka Tours er så snille at du ikke trenger å ha ridd før for å kunne svømme med dem.

5 Lek bøffeljeger!

«I'm just a buffalo soldier in the heart of America». Du slipper å slåss for å overleve når du og hesten din gir dere i kast med bølgene. Men det krever en liten innsats å holde balansen når hesten mister bakkekontakten og begynner å svømme. Buffalo soldiers var opprinnelig betegnelsen som ble brukt på de afroamerikanske soldatene som sloss fra hesteryggen mot indianerne i amerikanernes krigføring mot urbefolkningen. Bob Marley identifiserte seg med sine svarte brødre som viste stort mot i kampene, og sangen *Buffalo soldier* er en hyllest til dem. **Du trenger ingen erfaring med hester for å delta på denne utflukten.** Dyrene er snille, de ansatte er dyktige og passer hele tida godt på. Ride'n'swim tar tre timer totalt, og koster 79,- US dollar per person.

Chukkacaribbean.com

6 Skal det være en kopp av verdens beste kaffe?

«One cup of coffee, then I'll go», sang Bob Marley i en av sine aller første sanger. Og når avreisen nærmer seg, er det akkurat det vi også har lyst på. Bare én kopp Blue Mountain kaffe til for å riktig nyte den milde og runde aromaen blottet for bitterhet. **Dette regnes som en av verdens aller beste kaffesorter,** og den vokser på 1700 meters høyde i Blue Mountain, nord for hovedstaden Kingston. Japanerne er helt gale etter brygget, og bønnene brukes som base for den populære kaffelikøren Tia Maria. Kjøp med et par poser hjem!

E-POST: kamille@egmonthm.no



Mmm: Irma fra Sverige mener bestemt at det er mulig å bli avhengig av å lukte på kaffebønnene fra Blue Mountain.