VINTERSOL

Kanariøyene: hvilken øy passer deg?

Gran Canaria er mest norsk og tilrettelagt, Tenerife mest variert, Lanzarote og Fuerteventura best for vulkanlandskap, strender og vind – og La Palma, La Gomera og El Hierro for fotturer og ro. Slik velger du riktig øy – og sparer penger.

10. oktober 2026 · 6 min lesing



Gran Canaria passer best hvis du vil ha det mest norsk og tilrettelagt, og Tenerife hvis du vil ha variasjon: badeliv i sør, grønn nordside og Teide. Lanzarote og Fuerteventura er for vulkanlandskap, lange strender og vind, mens La Palma, La Gomera og El Hierro passer for fotturer og ro. Alle øyene er én time bak norsk tid om vinteren, og helsetrygdkortet gjelder.

KORT FORTALT

- Gran Canaria er mest norsk og tilrettelagt, Tenerife mest variert.
- Lanzarote og Fuerteventura for vulkanlandskap, strender og vind.
- Én time bak norsk tid om vinteren, og helsetrygdkortet gjelder.
- Havet er rundt 19–20 grader i januar og februar – ikke alltid badetemperatur.

VINTERTEMPERATUR
Ca. 21 °C maks i januar (Las Palmas)

TID
1 t bak Norge om vinteren

INNREISE
Pass eller ID-kort (Spania, EØS)

HELSE
Helsetrygdkortet gjelder

VALUTA
Euro

MEST NORSK
Gran Canaria



✈ Flytid fra Oslo: 5t 45min (Gran Canaria)[7]

Kartdata: Natural Earth (public domain).

Fly fra Oslo

DIREKTE	**Norwegian, SAS (til Gran Canaria)**
SESONG	**Norwegian-ruten fra 31.10 (vinter); SAS og Norwegian Air Sweden har færre avganger, 0–1 per dag**
MELLOMLANDING	**Via Stavanger (Norwegian), København/Stockholm (SAS), Madrid (Iberia)**
PRIS	**SAS: fra ca. 949–1 846 kr én vei (laveste pris per måned nov.–mars)**

Ruter og priser endrer seg – sjekk flyselskapet før du bestiller. Prisen er laveste enveispris i lavpriskalenderen, sjekket oktober 2026.[7][8]

Hvilken kanariøy er best om vinteren?

Gran Canaria og Tenerife topper listene til reisearrangørene også denne vinteren, og Lanzarote og Fuerteventura følger rett bak. Øyene er spanske, i EØS, med helsetrygdkortet

gyldig, og bare én time bak norsk tid om vinteren.



Roque Nublo og Barranco de Tejeda på Gran Canaria. Foto: H. Zell, CC BY 3.0, Wikimedia Commons

Gran Canaria, Tenerife eller Lanzarote – hvilken øy passer meg?

- **Gran Canaria** – mest norsk og mest tilrettelagt. Sør (Playa del Inglés, Puerto Rico, Mogán) gir mest sol. Las Palmas er en ekte storby med bystrand.
- **Tenerife** – variert: badeliv i sør, grønn nordside og Teide-vulkanen (Spanias høyeste fjell). Tillatelse kreves for stien helt til toppen.
- **Lanzarote** – vulkanlandskap, hvite hus og kunstneren César Manriques arv. Roligere og ofte vindfull.
- **Fuerteventura** – de lengste strendene, for deg som vil ha sand og vind (surfing, kiting).
- **La Palma, La Gomera og El Hierro** – for fotturer og ro; få pakkereiser, mer egenorganisering.

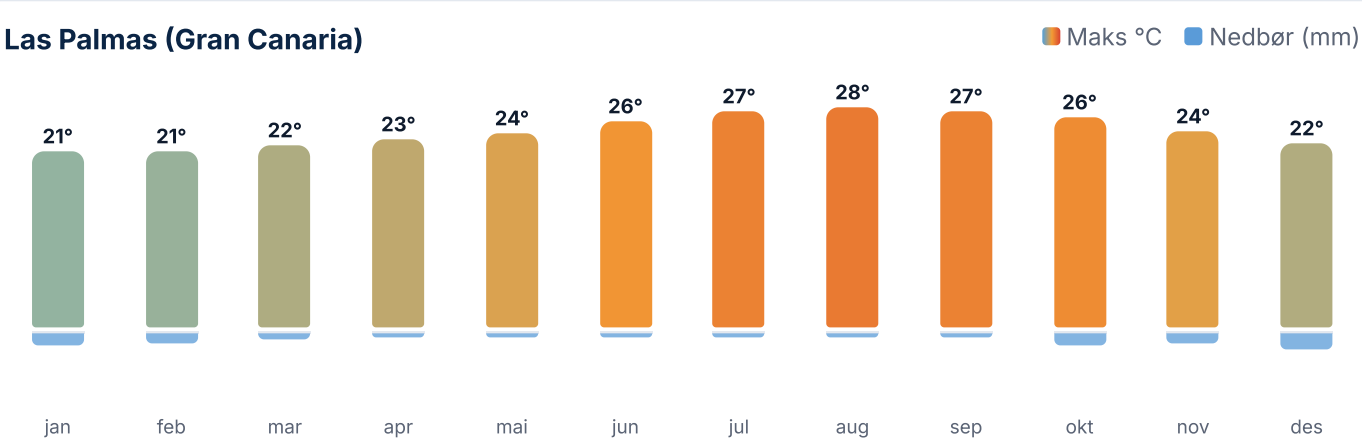
Hvordan reise billig til Kanariøyene?

- Rutefly + egen leilighet kan være billigere enn pakkereise – men pakkereise gir sterkere vern hvis noe går galt (pakkereiseloven).
- Reis utenom vinterferie og jul når prisene topper seg.
- Langtidsopphold («overvintring») i leilighet er ofte rimelig per uke.

Hva er viktig å vite før du reiser til Kanariøyene?

- Det er ikke alltid badetemperatur i januar og februar. Havet er kjøligst på senvinteren og varmest i september[5]. Sjekk dagens målinger fra de offisielle bøyene på Portus (Puertos del Estado)[6].
- Flere kommuner har innført eller diskuterer turistskatt og regler for korttidsutleie – sjekk vilkårene.
- Ta med helsetrygdkortet, men ha også reiseforsikring: den dekker hjemtransport og privat behandling.

Vær måned for måned



Kilde: normaler via Wikipedia.

Spørsmål og svar

▼ Hvilken kanariøy er varmest om vinteren?

Sørsiden av Gran Canaria og Tenerife regnes som de mest solrike, men forskjellene er små. Las Palmas har rundt 21 °C som gjennomsnittlig makstemperatur i januar.

▼ Gjelder helsetrygdkortet på Kanariøyene?

Ja. Kanariøyene er en del av Spania, og kortet gjelder. Ha reiseforsikring i tillegg.

▼ Er pakkereise eller egen bestilling billigst?

Egen bestilling med rutefly og leilighet kan være billigst, men pakkereise gir sterkere vern etter pakkereiseloven hvis noe går galt.

KILDER

1. Helsenorge – Europeisk helsetrygdkort
2. Pakkereiseloven (Lovdata)
3. UDs reiseinformasjon (regjeringen.no)
4. Dfly – vinterens mest populære reisemål
5. Puertos del Estado
6. Portus (Puertos del Estado)
7. Flightroutes.com – Oslo–Gran Canaria (flytider, sjekket 10.10.2026)
8. SAS – lavpriskalender Oslo–Las Palmas (sjekket 10.10.2026)

Sist sjekket 10. oktober 2026.

Foto: Ingo Mehling, CC BY-SA 4.0, Wikimedia Commons

LES OGSÅ

↗ **Kanariøyene – offisiell turistinfo**
Hello Canary Islands

↗ **Europeisk helsetrygdkort**
Helsenorge