NYT FOREDRAG

FOREDRAG VED ANTROPOLOG &
EVENTYRER

NICOLAI BANGSGAARD

PYRENÆERNE TIL FODS

- EN 765 KM SOLOVANDRING FRA ATLANTERHAVET TIL MIDDELHAVET

WWW.NICOLAIBANGSGAARD.DK

OM FOREDRAGET

I sommeren 2021 vandrede Nicolai fra Atlanterhavet til Middelhavet. Han fulgte den udfordrende rute 'Haute Route Pyrenees', der langs pyrenæernes højderyg på grænsen mellem Frankrig og Spanien går gennem et fantastisk, klippefyldt og varieret landskab.

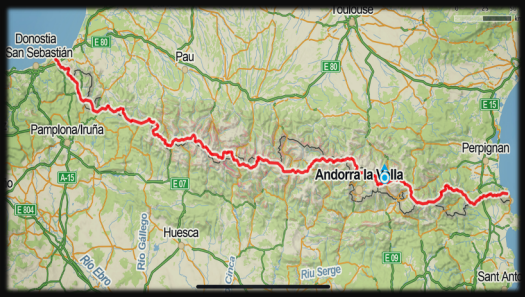
Vandreturen, som var 765 km lang og havde mere end 40.000 højdemeter, tog 30 dage at gennemføre. Den foregik solo, nonstop og med ca. 10 kg oppakning på ryggen (inkl. telt & campingudstyr, plus forsyninger), og hører til blandt verdens hårdeste og smukkeste langdistance-vandreruter.

Illustreret med et stærkt billedmateriale, beretter Nicolai i dette foredrag personligt og nærværende om ekspeditionen, der var hans til dato længste eventyr til fods. Foredraget varer ca. 2 timer (inkl. Spørgerunde og pause), men kan tilrettelægges efter behov.

PROFIL

Nicolai Bangsgaard (født 1976 i Middelfart) er uddannet antropolog fra Københavns Universitet. Han har sammenlagt rejst i mere end 12 år gennem godt 120 lande og vandt i 2013 Folkersenprisen (De Berejstes Klubs ærespris) for sine grænsesøgende rejseeventyr.

Han er en passioneret fotograf og dokumentarist, har skrevet bogen "Solo – 4 år jorden rundt på cykel", og har afholdt mere end 400 foredrag om sine eventyr.



TIDLIGERE EKSPEDITIONER & PROJEKTER

2006-2010 - Jorden rundt på cykel. Solo. 62.000 km. 1.413 dage.✤
2011-2012 - Sydafrika rundt på cykel. Solo. 5.000 km. 9 lande. 3 mdr.✤
2012-2013 - Bali-Beijing-cykelekspedition. 10.000 km. 6 mdr. Turleder.✤
2014 - CPH Ironman. 3.800 m svømning. 180 km cykel. 42 km løb.
2015 - Irland rundt på cykel. Solo. 1.400 km. 12 dage.
2015 - 5 x maratonløb på Sicilien. 5 maratonløb på 5 dage.
2015 - Caribien rundt på løbehjul. 1.000 km. 10 lande. 7 uger.✤
2016 - Taiwan rundt på cykel. 1.400 km. 2 uger. 12 kg bagage.
2016 - Korsika til fods. GR20-trek. 170 km. 14.000 højdemeter.
2017 - Rejsen til Odessa. 2.100 km solocykling. 8 lande. 25 dage.
2017 - Island rundt på cykel. Solo. 1.900 km. 19 dage.
2018 - 100 dage på Cuba. Turleder. Cykelrejser.
2018 - Triatlon Sardinien rundt. 1.000 km (svøm, løb, cykel).
2018 - Kap Verde rundt på løbehjul. 5 øer. 14 dage.
2019 - Mallorca til fods. GR221-trek. 140 km. 1 uge.
2019 - Danmark rundt på løbehjul. 3.200 km. 60 dage. 0 kr på lommen.✤
2020 - Napoli-bugten rundt. 265 km vandring med telt. 12 dage.
2020 - Andalusien til fods. 200 km med telt. GR7/GR249. 1 uge.
2021 - Mallorca til fods. GR222 + GR221. 200 km. 1 uge.
2021 - Corfu Trail. 170 km vandring på tværs af Korfu. 1 uge.

(De med ✤-markerede ekspeditioner holder Nicolai foredrag om)

KONTAKT

Nicolai Bangsgaard
Telemarksgade 10, 4. th.
DK-2300 København S
#21 85 87 90
nbangsgaard@gmail.com

For mere info om foredrag, tourplan etc. se venligst:

www.nicolaibangsgaard.dk

www.worldtravellers.dk