Atalante
L'ESPRIT TREK

NORVÈGE

Itinérance en raquette sous les aurores boréales

- Un voyage au cœur d'une nature sauvage
- L'observation des aurores boréales
- Une itinérance confortable en refuge norvègien

À PARTIR DE	**2 590 €** (vol inclus)
DURÉE	8 jours
TYPE	Voyage en petit groupe
NIVEAU	
THÉMATIQUE	Raquettes

Un séjour en itinérance sous la magie des aurores boréales, avec quatre jours en raquettes et en autonomie complète dans le massif du Skarsfjellet. Les refuges confortables dans lesquels vous séjournez sont un havre de paix, offrant un cadre idyllique pour contempler la beauté brute de la nature qui vous entoure. La visite de la très belle ville de Tromsø est également un temps fort de votre séjour.

Cet itinéraire dans la province de Tromsø est une aventure extraordinaire au cœur du Grand Nord, où les explorateurs polaires se sont autrefois initiés aux mystères de l'Arctique. La quiétude absolue des lieux offre l'opportunité rare de vous isoler de toute présence humaine et de vivre en harmonie avec cette « pleine nature ». La possibilité d'observer les aurores boréales, spectacle naturel envoûtant, ajoute de la magie à votre aventure. À l'issue de ce séjour, que vous ayez été témoin des aurores dansant dans le ciel nocturne ou que vous ayez simplement été enveloppé par le silence majestueux de l'Arctique, ces moments resteront à jamais gravés dans votre mémoire !

Itinéraire

JOUR 1

Vols pour Tromsø

HÉBERGEMENT : HÔTEL | PETIT-DÉJEUNER : LIBRE | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

À votre arrivée à l'aéroport de Tromsø, votre guide vous conduit à votre hébergement. Le trajet est l'occasion de profiter des premiers points de vue sur la ville entourée de montagnes majestueuses et de fjords.

En fonction de votre heure d'arrivée, profitez de votre temps libre en début de soirée pour explorer les environs, avec une promenade le long du port ou dans le centre-ville de Tromsø. Soyez attentif aux aurores boréales, Tromsø est un excellent endroit pour les observer, et ce, même en ville.

Pendant la soirée, votre guide vous présente le programme de votre voyage : déroulé du séjour, consignes de sécurité, tenues appropriées pour les conditions climatiques… Il vous donne également quelques conseils sur la manière d'optimiser votre expérience dans l'Arctique.
Profitez d'un délicieux dîner (libre) dans l'un des restaurants locaux. La cuisine locale propose souvent des plats à base de fruits de mer frais, ainsi que des spécialités norvégiennes. Une excellente occasion de goûter à la gastronomie arctique.

Nuit à Tromsø : Retrouvez le confort de votre hébergement et reposez-vous pour être fin prêt à commencer l'aventure le lendemain.

JOURS 2 À 5

Traversée du Skarsfjellet en raquette

ACTIVITÉ : 5H | HÉBERGEMENT : REFUGE

Votre aventure en totale autonomie dans le massif du Skarsfjellet s'annonce exceptionnelle ! Cette expérience d'itinérance sur plusieurs jours permet une immersion complète dans la beauté sauvage de cette région polaire.

Votre parcours à travers le Skarsfjellet débute ce matin. Explorez les reliefs vallonnés, les plaines enneigées et les panoramas époustouflants sur les fjords environnants… Les montées et descentes sont autant d'occasions de relever quelques défis et de savourer de belles victoires.
Dans cette région polaire, vous pouvez avoir la chance d'observer des rennes, des renards polaires ou même des aigles. Gardez un œil sur les traces et les signes de vie sauvage pendant vos randonnées !

Chaque jour, vous rejoignez un refuge différent. Ces abris traditionnels qui ponctuent votre itinéraire offrent des haltes réconfortantes face à l'environnement polaire parfois hostile. Profitez de ces moments chaleureux pour vous reposer, vous réchauffer près du feu, partager des histoires et de bons repas avec vos compagnons de voyage et votre guide.

Si vous êtes chanceux, vous profitez également des ciels clairs en soirée pour observer les aurores boréales dans le ciel arctique. Les refuges, souvent situés dans des secteurs éloignés de la pollution lumineuse des villes, sont des endroits idéaux pour admirer ce spectacle naturel.

JOUR 6

Retour sur Tromsø

HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÎNER : LIBRE

Aujourd'hui, nous terminons notre raid en rentrant sur Tromsø, retour vers la civilisation.

L'hébergement en hôtel offre un contraste intéressant : après des jours passés à naviguer à travers des étendues glacées et des paysages enneigés, quel plaisir de retrouver le confort de votre hébergement.

Soirée libre à Tromsø pour goûter à la vie locale, et se laisser tenter par les délices de la gastronomie nordique.

C'est la magie de pouvoir explorer les extrêmes, de se perdre dans la nature et de retrouver ensuite le confort et la vivacité d'une ville animée.

Repas libre en ville.

JOUR 7

Journée libre à Tromsø

HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÎNER : LIBRE

Votre voyage s'achève avec une pleine journée libre à Tromsø. L'opportunité de découvrir cette ville arctique animée ou de participer à diverses activités nordiques optionnelles.

Quelques suggestions pour profiter pleinement de votre journée :

Visite du centre-ville : explorez le centre pittoresque de Tromsø. Découvrez la cathédrale arctique, l'emblématique pont de Tromsø et les charmantes rues pavées bordées de maisons colorées. Profitez également des boutiques, des cafés et des restaurants.
Musées et galeries : si vous souhaitez en apprendre plus sur l'Arctique, visitez le centre Polaria. Son bâtiment à l'architecture étonnante abrite un musée et un aquarium dédiés à la faune et à la recherche polaires. Et si vous êtes féru ou curieux d'art, le musée d'Art de Norvège du Nord (Nordnorsk museum) rassemble de nombreuses œuvres liées à la culture du Grand Nord.

Activités nordiques optionnelles :

- Traîneau à chiens : vivez l'excitation d'une balade au rythme des chiens de traîneau, huskies ou renards polaires. Une expérience inoubliable pour les amoureux des animaux et des activités de plein air.

- Navigation à la voile dans les fjords : explorez les magnifiques fjords de Tromsø à bord d'un voilier. Profitez des paysages époustouflants tout en naviguant paisiblement sur les eaux arctiques.
- Spa et détente : profitez d'une journée de détente dans l'un des spas de Tromsø. Après vos aventures nordiques, un massage ou une séance de sauna pourraient être exactement ce qu'il vous fallait pour vous relaxer.

Assurez-vous de réserver vos activités à l'avance, en particulier si vous avez des préférences spécifiques. Quelle que soit l'option que vous choisissez, vous êtes sûr de vivre des moments inoubliables dans ce coin pittoresque du monde.

JOUR 8

Retour en France

DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Au matin, préparez-vous pour votre transfert vers l'aéroport de Tromsø et votre vol retour vers la France. Votre guide vous conduit de votre hébergement à l'aéroport de Tromsø.

Profitez du trajet pour vous remémorer les moments exceptionnels que vous avez vécus en Laponie et conservez précieusement les souvenirs de votre voyage.

Bon retour en France !

NB : le déjeuner et le dîner sont libres.

À NOTER

Les aurores boréales sont des formations spectaculaires, mais imprévisibles. Elles dépendent de l'activité solaire en premier lieu et sont visibles uniquement lorsque le ciel est suffisamment dégagé. Votre accompagnateur maitrise tous ces paramètres et il surveillera les créneaux d'observation potentiels avec attention.
L'observation d'aurores boréales reste donc le résultat de paramètres aléatoires que nous ne saurons maitriser et pour cette raison, nous ne pouvons vous garantir leur observation à 100%.

La nuit polaire complète s'étend du 28 novembre au 15 janvier à la latitude de Tromsø. Ainsi, pour les départs programmés entre novembre et janvier, la lumière du soleil sera inexistante et certaines sorties pourront s'effectuer avec l'aide de lampes frontales. Si le temps est clair (non nuageux), vous aurez l'occasion d'évoluer sous la clarté relative d'un ciel bleu nuit, si propre à cette période et à ces latitudes.

66°Nord est membre du groupe Altaï, réseau d'agences locales nature et aventure implanté dans 30 pays.
Afin de vous offrir un plus grand nombre de départs garantis, ce voyage est proposé par d'autres entreprises du groupe Altaï : Atalante le spécialiste du trek et Huwans, le spécialiste du voyage d'aventure à la rencontre des populations.

Dates & prix

AUCUNE DATE N'EST DISPONIBLE POUR L'INSTANT...

(informations au 09/05/2024)

LE PRIX COMPREND

- Les vols Paris / Tromsø / Paris
- Les taxes aériennes et de sécurité
- Les déplacements selon le programme
- L'hébergement et la pension complète durant le séjour,
- L'encadrement par un guide accompagnateur francophone, spécialiste de la destination
- Le prêt du matériel technique : skis ou raquettes, bâtons et pulkas.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne
- La contribution carbone volontaire pour votre voyage en Norvège: 5€ par personne
- Le préacheminement jusqu'à Paris
- L'augmentation des taxes d'aéroport ou hausse carburant.
- Les éventuels suppléments aériens: Les prix indiqués sont établis en fonction, notamment, de certaines classes de réservation sur les compagnies aériennes qui desservent cette destination. Il se peut que cette classe désignée ne soit plus disponible au moment de la réservation, auquel cas nous pouvons être amenés à modifier le prix du voyage moyennant un supplément.

À payer sur place :

- Le repas au restaurant à Tromsø le J6 et 7 (~50 € / repas)
- Les boissons
- Les dépenses personnelles

ASSURANCES AU CHOIX

- **Assurance multirisque :** 4,1 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque avec extension épidémie :** 5,1 % du voyage par personne
- **Assurance premium (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.) :** 5 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque premium avec extension épidémie (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.) :** 6,1 % du voyage par personne

Pour ce voyage, nous vous recommandons notre assurance multirisque, spécialement étudiée pour le voyage d'aventure.

DÉPARTS DE PROVINCE

Les prix ci-dessus sont calculés au départ de Paris (si le vol est inclus), sont soumis à disponibilité au moment de votre réservation, et sont susceptibles d'augmenter au fur et à mesure que le départ se rapproche.

Des départs d'autres villes sont possibles. Pour plus d'informations, nous consulter par mail ou par téléphone au 04 81 68 55 60.

Détail du voyage

NIVEAU

Bonne condition physique nécessaire (3 à 5 heures d'activité par jour), pas de difficultés particulières, mais des conditions pouvant être rigoureuses.

Santé et forme physique :
Nous vous rappelons que vous devez être en parfaite santé puisque ce voyage peut se dérouler dans des conditions météorologiques qui risquent d'être rigoureuses et qui exigent une bonne forme physique.

La préparation physique :
Vous devez savoir être à l'aise en raquette pour participer à ce type de voyage.

ENCADREMENT

Installée en Scandinavie depuis de nombreuses années, notre agence 66° Nord, vous garantit une expérience de voyage actif réussie, grâce à nos guides et à nos infrastructures logistiques. Pendant votre voyage, vous êtes accompagné par nos guides de trek 66° Nord, mobilisés à 100% pour vous faire découvrir des endroits insolites en pleine nature. Laissez-vous guider…

66°Nord est membre du groupe Altaï, réseau d'agences locales nature et aventure implanté dans 30 pays.

Afin de vous offrir un plus grand nombre de départs garantis, ce voyage est proposé par d'autres entreprises du groupe Altaï : Atalante le spécialiste du trek, Huwans , le spécialiste du voyage d'aventure, et 66°Nord Suède, notre agence locale.

ALIMENTATION

Vous êtes en trek en itinérance. Ainsi, votre guide aura prévu votre nourriture pour la semaine.

Les cuisines équipées nous permettent de préparer les repas en commun.

Une petite spécialité locale de chez vous sera la bienvenue et sera une belle surprise pour le groupe le soir au refuge.

HÉBERGEMENT

Durant le trek : nuit en refuge avec chambre de type dortoir. Tous les refuges offrent un maximum de confort, poêle à bois , cuisine équipée. Il n'y a cependant ni l'eau courante, ni l'électricité. Lits superposés dans des chambres mixtes. Des toilettes sèches sont disponibles autour des refuges.
Sur les lits, vous trouverez couverture et oreiller. Ainsi, selon vos habitudes de voyage, vous pouvez soit emporter un drap sac et une taie d'oreiller, soit un duvet (confort 5°C)
Vous devez laisser le refuge dans l'état dans lequel vous l'avez trouvé.

Une nuit en hôtel en chambre double à Tromsø au début et fin du raid.

DÉPLACEMENT

En minibus ou bus et en raquettes.

Vous utiliserez donc vos bottes de neige pour marcher.
Les raquettes sont équipée de sangles compatibles avec toute marque de botte de neige.

Nous assurons la liaison aérienne PARIS / TROMSO / PARIS sur des compagnies régulières avec escales.

BUDGET & CHANGE

La Norvège, avec un PIB par habitant de 38 597 € (France 23 474 €) est le pays disposant du plus haut niveau de vie au monde, ceci à malheureusement pour conséquence, d'en faire également le pays le plus cher au monde !
Malgré tous nos efforts pour obtenir les meilleurs prix sur place, les prestations (hébergements, transports, activités, ...) restent chères et ne peuvent être, en aucun cas, comparées avec celles obtenues dans les pays économiquement pauvres (Asie, Amérique du Sud, Afrique du Nord, etc.).

La carte bancaire est acceptée partout même pour des sommes très basse.

Taux de change: 1€ équivaut à 11,7 Nok (01/12/2023)

POURBOIRES

Vous êtes libres de donner un pourboire à votre guide si vous êtes satisfait de la prestation.

Equipement

MATÉRIEL FOURNI SUR PLACE

- Les raquettes
- Les bâtons
- Les pulkas, harnais et cordes

VÊTEMENTS À PRÉVOIR

Tout votre matériel sera transporté dans les pulkas tout au long du raid. Nous ne revenons pas au point de départ, vous devez donc prévoir le strict minimum et avoir un contenant adapté (un dufflebag de 60L-80L est l'idéal) :

- Une veste longue avec capuche (Genre Gore-Tex ou équivalent)
- Un pantalon de ski
- Une polaire légère
- Une polaire épaisse
- Une doudoune en duvet compressible
- Deux t-shirt épais à col et manches longues (un pour la journée, un pour la nuit) (Polypropylène).
- Deux à trois t-shirts fins (Polypropylène)
- Trois à quatre paires de chaussettes fines (Polypropylène ou laine)
- Deux paires de chaussettes épaisses (Laine -Polypropylène, à porter par dessus les fines)
- Deux collants type laine Mérino (un pour la journée, un pour la nuit).
- Un buff (cache cou) fin - un buff (cache cou) épais.
- Une paire de sous gants (Polypropylène - polar ou soie).
- Deux paires de gants de ski (en plus des sous-gants).
- Une paire de lunettes de soleil (type glacier).
- Un masque de ski (en cas de vent).
- Un bonnet
- Un sac à dos de 30 litres maximum pour avoir accès à vos affaires de jour.
- Une paire de chaussures adaptée à la pratique de la raquette, elles doivent avoir plusieurs qualités, tige haute, un minimum de rigidité, être chaudes et faites pour l'hiver, être imperméables. (les chaussures s'adaptent indifféremment sur des raquettes ou des skis de randonnée nordique). Les bottes Sorel sont idéales (modèle Caribou ou Glacier).
- Un maillot de bain pour profiter des saunas le soir.
- Une tenue de voyage pour avant et après le raid (le moins encombrant possible car sera transporté dans les pulkas avec le reste).

EQUIPEMENT À PRÉVOIR

- Un appareil photos (en option)
- Un thermos personnelle (1 litre, obligatoire).
- Une gourde d'un litre en métal ou plastique rigide type Nalgène (1 litre, obligatoire).
- Un sac à viande pour la nuit et une taie d'oreiller, ou sac de couchage
- Un petit couteau
- Une serviette de toilette microfibre.
- Un gant de toilette (pratique pour se laver au sauna)
- Un masque pour la nuit
- Une lampe frontale
- Un livre pour lire au coin du feu
- Une mini-trousse de toilette (prévoir le minimum, dentifrice, brosse à dent, savon)
- Un tube de crème solaire
- Un tube de vaseline contre le froid
- Un baume pour les lèvres
- Trois à quatre pansements anti ampoules
- Quelques chaufferettes (facultatif).

BAGAGES

Prévoir un duffle bag de 60 - 80 L pour vos affaires ainsi qu'un sac à dos de 30L pour les affaires de jours, qui seront accessibles en déplacement (surcouche, thermos, gourde, vivres...). Tout votre matériel sera transporté dans les pulkas tout au long du raid. Nous ne revenons pas au point de départ, vous devez donc prévoir le strict minimum et avoir un contenant adapté.

PHARMACIE

Votre accompagnateur disposera d'une pharmacie de première urgence, d'une balise Sarsat et d'un téléphone satellite. Toutefois, il est recommandé d'apporter vos médicaments personnels (aspirine, pansements, désinfectant local, coton, etc...).

Formalités & santé

PASSEPORT

Passeport impérativement valide (vérifier la date d'expiration dès maintenant).

A partir du 15 janvier 2017, un enfant qui voyage à l'étranger sans être accompagné de l'un de ses parents doit présenter les 3 documents suivants :

- Pièce d'identité valide du mineur : carte d'identité ou passeport + visa éventuel en fonction des exigences du pays de destination (à vérifier en consultant les fiches pays du site diplomatie.gouv.fr)
- Photocopie du titre d'identité valide du parent signataire : carte d'identité ou passeport
- Formulaire d'autorisation de sortie du territoire signé par l'un des parents titulaire de l'autorité parentale.

NB : cette autorisation peut être requise par certains pays lorsque l'enfant mineur voyage avec un seul de ses parents (par exemple : Algérie, Maroc, Suisse : à vérifier en consultant les fiches pays du site diplomatie.gouv.fr

VISA

Pas de visa obligatoire pour les ressortissants européens.

CARTE D'IDENTITÉ

Carte d'identité impérativement valide (vérifier la date d'expiration dès maintenant).
La Norvège ne reconnait pas la validité des cartes françaises prorogées de cinq ans.

VACCINS

Depuis la pandémie, la plupart des pays n'accueillent que des personnes vaccinées contre la COVID.
Les obligations sanitaires de chaque pays face à la pandémie évoluent fréquemment, il est important et de votre responsabilité de les consulter jusqu'au jour de votre départ sur le site du ministère des affaires étrangères, rubrique "Conseil aux voyageurs".

RECOMMANDATIONS SANITAIRES

Les obligations sanitaires de chaque pays face à la pandémie évoluent fréquemment, il est important et de votre responsabilité de les consulter jusqu'au jour de votre départ sur le site du ministère des affaires étrangères, rubrique "Conseil aux voyageurs

SPÉCIFICITÉS

Le voyage que vous avez choisi peut vous exposer à des températures très froides et dans des zones géographiquement éloignées de centre de soins médicaux. Nous vous proposons donc une liste de pathologies qui, bien que ne contre-indiquant pas formellement la réalisation de ce voyage, devraient vous encourager à consulter votre médecin traitant pour lui faire part de ce projet.

- Pathologies cardiovasculaires : maladie des coronaires (antécédent d'infarctus, de pontage, de stent, de spasme des coronaires ou angor de Prinzmetal) ; hypertension artérielle sévère non contrôlée par les traitements ; insuffisance cardiaque

- Pathologies respiratoires : bronchite chronique (BPCO), asthme (sous traitement au long cours, ou avec survenue de crises récentes) - Pathologies neurologiques : épilepsie non contrôlée par le traitement (survenue de crises récentes)

- Pathologies endocrinologiques : diabète insulino-requérant déséquilibré. A noter que l'insuline peut geler et s'inactiver ; il est conseillé de toujours la garder dans une poche intérieure pour la protéger du froid.

- Autres : syndrome de Raynaud sévère (en raison d'une augmentation de la fréquence et de l'intensité des crises), drépanocytose, insuffisance rénale sévère, pathologies psychiatriques non équilibrées.

De manière générale, toute pathologie chronique évolutive et non stabilisée est à prendre en charge avant d'entreprendre un voyage. Emportez vos traitements habituels ainsi qu'une ordonnance écrite en DCI (nom international des médicaments).

Cette liste est non exhaustive et nous vous conseillons de consulter votre médecin traitant pour faire une évaluation de votre état de santé et bénéficier de recommandations sanitaires. Il est également conseillé de mettre à jour les vaccinations habituelles et de commander gratuitement la carte européenne d'assurance maladie (https://www.ameli.fr/assure/adresses-et-contacts/lobtention-dun-document/commander-une-carte-europeennedassurance-maladie-ceam).