Atalante
L'ESPRIT TREK

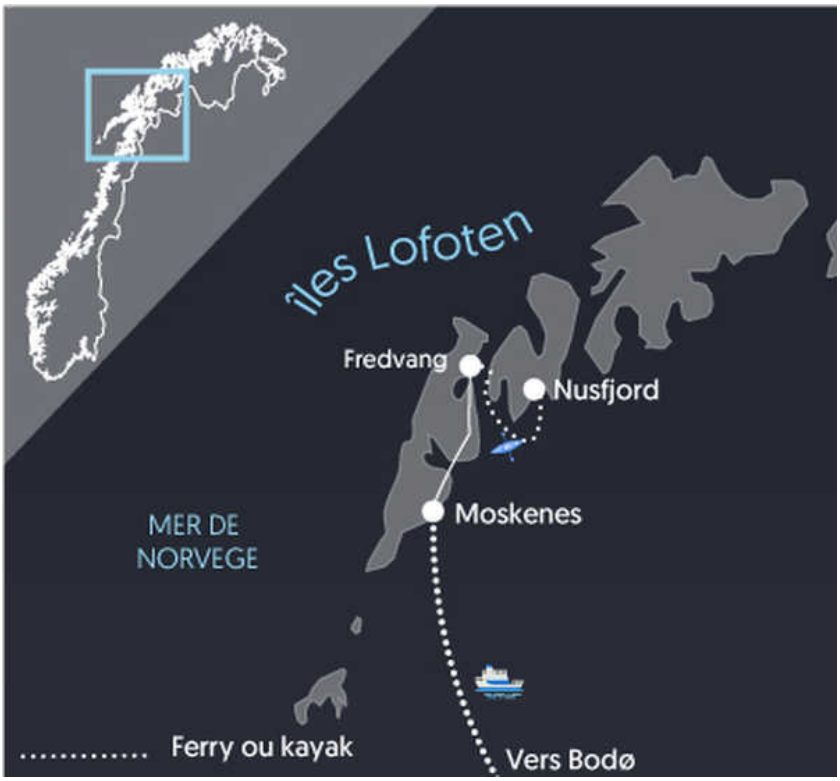
NORVÈGE

Itinérance en kayak de mer et randonnées dans les iles Lofoten

- L'accès à des bivouacs secrets, accessible par la mer.
- Un mode de déplacement insolite, le kayak de mer.
- Les plus belles randonnées et navigations des Lofoten.

À PARTIR DE	**2 476 €** (vol inclus)
DURÉE	10 jours
TYPE	Voyage en petit groupe
NIVEAU	
THÉMATIQUE	Canoë-Kayak / Randonnée

Ce séjour vous permet de découvrir l'une des plus belle destination kayak au monde : les iles Lofoten. L'itinérance en kayak de mer et la randonnée vous offre une vision complète de cet archipel sauvage et montagneux loin des circuits classiques. Ce magnifique parcours vous amène dans une succession de petits fjords entourés de sommets effilés : Selfjord, Skjelfjorden, Flakstadpollen... le tout dominé par l'Hermannsdalstinden, plus haut sommet des Lofoten. Au fil des jours, ils surprennent par leur personnalité et leur diversité, exprimant à eux seuls l'extrême richesse de cet archipel unique au monde.
Le kayak de mer vous permet de progresser en complète autonomie et de bivouaquer chaque jour dans des lieux isolés et magnifiques en bord de mer pour vous offrir des moments de détente hors du temps. Explorations des fjords, randonnées nordiques sur les sommets et crêtes, approches des animaux marins, rythment ce séjour.



Itinéraire

JOUR 1

Direction la Norvège

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

Vol Paris/Bodo et nuit à Bodo.

Repas libre en ville.

JOUR 2

Transfert sur les Lofoten et initiation en kayak dans le Selfjord

ACTIVITÉ : 2H | HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Transfert matinal en ferry et arrivée sur l'archipel des Lofoten. Préparation du matériel et paquetage de vos affaires avant le grand départ. Tous les équipements nécessaires et la nourriture sont reconditionnés pour pouvoir tenir dans les kayaks.
Vous commencez votre navigation par une initiation en kayak dans le fjord abrité de Selfjord.
Ce sera pour vous l'occasion de vous familiariser avec vos embarcations et leur maniement en pagayant entre les ilots rocheux et les plages de sable de ce superbe fjord. Vous installez votre premier bivouac sous tente.

JOUR 3

Randonnée au sommet du Ryten

MARCHE : 5H | DÉNIVELÉ POSITIF : 560 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 560 M | HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Le matin, vous marcherez dans la lande en direction des crêtes qui surplombent le Selfjord et ses nombreux ilots. Cette randonnée superbe vous amène au sommet du Ryten qui surplombe la plage de sable blanc de Kvalvika et l'ensemble des sommets de l'île de Moskenesoy.
Retour sur votre campement dans l'après-midi. Vous aurez alors la possibilité d'aller pagayer dans la mer de Norvège et pour ceux qui le souhaitent, pêcher dans les courants marins à l'entrée du Selfjord.

JOUR 4

En kayak de Fredvang à Skjelfjord

ACTIVITÉ : 5H | HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Après un petit déjeuner copieux, vous rangez notre campement et chargez vos kayaks. Vous naviguez en jouant avec les courants pour aller à la découverte du Sundstraumen, qui vous fait traverser les deux plus jolies îles des Iles Lofoten. Si la côte Ouest est caractérisée par ses plages de sable et ses eaux turquoise, la côte Est présente un paysage beaucoup plus minéral. Cette côte est également bien mieux abritée des vents de l'océan, ce qui explique que la majorité des villages de pêcheurs s'y retrouvent et colorent ce territoire granitique. Vous passez à proximité de Sund, village de pêcheur avec ses authentiques rorbus rouges sur pilotis, puis vous pénétrez par le sud dans le Skjelfjord où vous installez votre campement pour deux nuits.

JOUR 5

Randonnée au Volandstinden

MARCHE : 4H | ACTIVITÉ : 2H | DÉNIVELÉ POSITIF : 500 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 500 M | HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Ce matin vous embarquez dans vos kayaks pour une petite navigation dans le Skjelfjorden et rejoindre le départ de votre randonnée au Volandstinden.
L'ascension est régulière et les trois pointes sommitales permettent à tous de profiter d'une vue panoramique à couper le souffle sur les fjords environnants et sur votre parcours en kayak.
En fin d'après-midi, vous embarquez à nouveau dans vos kayaks et rejoignez votre lieu de bivouac.

JOUR 6

Jusqu'à Nusfjord en kayak

ACTIVITÉ : 4H | HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Vous partez aujourd'hui à la découverte d'un magnifique village classé au patrimoine mondial de l'UNESCO, le village de Nusfjord. Après une navigation sur la cote Est de Flakstadoya où il n'est pas rare de croiser des phoques et des marsouins, vous regagnez le village musée de Nusfjord que vous prendrez le temps de visiter. Quel plaisir de pénétrer dans ce tableau de maisonnettes sur pilotis en kayak de mer ! Vous installez votre campement et profitez de la proximité du village.

JOUR 7

Nusfjord le village préservé

ACTIVITÉ : 3H | HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Randonnée sur les hauteurs de Nusfjord

Vous partez du camp à pied pour une randonnée sur les hauteurs du village. Vue imprenable sur le fjord, le village et la côte du Vesfjord qui s'étend à perte de vue.

Possibilité de profiter d'une douche chaude et d'un sauna traditionnel à bois (en option) et également de sa taverne pour marquer la fin de votre raid en kayak par un moment convivial.

JOUR 8

Fin du raid

ACTIVITÉ : 1H | HÉBERGEMENT : RORBU / SJØHUS

Dernière navigation dans les méandres de Nusfjord. À la mi-journée, la navette nous raccompagne au niveau de Fredvang où a commencé l'aventure sept jours plus tôt.
Rinçage et rangement du matériel puis vous prenez la route vers l'extrême sud des Iles Lofoten ou vous profiterez de deux nuits en dur, un peu de confort bien mérité après cette belle aventure.

JOUR 9

Ascension du Munkan

MARCHE : 6H | DÉNIVELÉ POSITIF : 860 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 860 M | HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÎNER : LIBRE

Pour clôturer le séjour en beauté, votre randonnée du jour vous fera gravir un des sommets emblématiques de l'archipel, le Munkan (798 m), d'où vous avez un point de vue extraordinaire sur les îles. Cette randonnée est la plus alpine de notre périple insulaire et vous rapproche par ses paysages et son ambiance de la haute montagne.
Vous prenez la route de Bodo en fin de journée pour rejoindre le continent. (En fonction des conditions climatiques et des disponibilités des bateaux). Repas du soir libre en ville

JOUR 10

Vol retour sur Paris

DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Transfert le matin vers l'aéroport de Bodo. Vol retour vers Paris via Oslo.

À NOTER

Cet itinéraire est fourni à titre indicatif : suivant les conditions météorologiques et opérationnelles, votre guide accompagnateur

peut en effet modifier cet itinéraire, pour votre sécurité et celle du groupe.

Atalante 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 : 66°Nord le spécialiste des voyages polaires, Huwans, le spécialiste du voyage d'aventure. Dans certains cas, le groupe sera international et guidé en francais et en anglais.

Dates & prix

LES PROCHAINS DÉPARTS

(informations au 12/05/2024)

Nombre de participants : de 4 à 12

DU	AU	PRIX TTC / PERS.	ETAT
VEN. 07/06/2024	DIM. 16/06/2024	2 476 €	Confirmé
VEN. 05/07/2024	DIM. 14/07/2024	2 676 €	Confirmé
VEN. 19/07/2024	DIM. 28/07/2024	2 676 €	Confirmé
VEN. 02/08/2024	DIM. 11/08/2024	2 776 €	Confirmé
VEN. 16/08/2024	DIM. 25/08/2024	2 676 €	Confirmé
VEN. 30/08/2024	DIM. 08/09/2024	2 576 €	Confirmé
VEN. 13/09/2024	DIM. 22/09/2024	2 476 €	Confirmé

LE PRIX COMPREND

- Les vols Paris/ Bodø / Paris (vols réguliers)
- Les taxes aériennes
- Encadrement par un guide accompagnateur 66° Nord
- Les transferts sur place
- Hébergement : nuits en bivouac sous tente durant le raid kayak et gîte (Rorbu et Sjøhus) ou auberge en début et fin de séjour
- Pension complète sauf à Bodo.
- Transport des bagages
- Prêt du matériel de kayak (kayak, pagaie, combinaison étanche...)
- Prêt du matériel de camping

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne
- La contribution à la neutralité carbone
- Les activités optionnelles : réservation conseillée des excursions lors de l'achat du séjour, pour garantir leur disponibilité
- 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 :

- Les dépenses personnelles
- Les boissons
- Les repas (diners J1 et J9) à Bodo (~ 30 à 35 euros/repas)
- Les entrées dans les sites et musées (~ 5 euros).
- Les repas et boissons durant les vols internationaux et intérieurs

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.

OPTIONS

- **Sauna traditionnel Norvégien**

Après une belle randonnée, profitez d'un sauna traditionnel à bois accompagné d'une baignade dans le lac voisin !
Prestation réservable et payable uniquement sur place auprès de votre accompagnateur.

--

- **Nuit supplémentaire à Oslo**

Terminez votre séjour en beauté avec une escale à Oslo. Votre hôtel est situé au coeur de la ville, à deux pas de la station National Theater. Du musée Munch au musée de la culture populaire, du Fram au Kon-tiki, du parc Vigeland à l'Oslo Marka, ce ne sont là que quelques exemples de tout l'intérêt que comporte cette magnifique ville d'Oslo.
Chambre avec salle de bain privative
Tarif en single à partir de 135€ par pers
Tarif en twin à partir de 85€ par pers

Détail du voyage

NIVEAU

Quatre à six heures d'activités par jour.
Les temps de pratique du kayak et de la randonnée ne sont pas élevés, mais nécessitent d'être en bonne condition physique pour faire face aux changements climatiques possibles à ces latitudes.

Les lieux de pratique sélectionnés sont volontairement très abrités du vent et de la houle en début de circuit pour faciliter l'apprentissage. Nous sortirons ensuite du fjord pour longer la côte plus exposée du Vestfjord et aller explorer ses nombreuses baies et fjords. Cependant, ce séjour est itinérant, il faut monter et démonter le camp, il demande donc une bonne condition physique et un goût pour la vie en pleine nature.
Les randonnées sélectionnées dans les Lofoten sont isolées et permettent d'aller découvrir des points de vue exceptionnels. Bien qu'assez courtes, elles peuvent présenter un dénivelé important et impliquent d'être à l'aise avec les randonnées en milieu montagnard (raidillons, quelques passages verticaux...).
Pour vous préparer à ce voyage, c'est avant tout votre forme générale qui est importante : pas trop d'excès avant de partir, des exercices d'endurance : footings, ski de fond, natation. Une initiation au kayak pour maîtriser la stabilité de l'embarcation est également conseillée sans être indispensable.

ENCADREMENT

Installée dans les Iles Lofoten depuis de nombreuses années, notre agence 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 et kayak, mobilisés à 100% pour vous faire découvrir des endroits insolites en pleine nature. Laissez-vous guider...

ALIMENTATION

Après un petit déjeuner copieux, le pique-nique est toujours composé d'aliments locaux : sandwiches, salades, fruits, gâteaux et fruits secs... préparé par vos soins le matin.
Le soir, les repas sont pris et préparés en commun avec votre accompagnateur en fonction des produits disponibles dans les magasins locaux. Les conditions de raid limitent notre capacité à nous approvisionner en produits frais de manière régulière mis à part les poissons issus de notre pêche.
En effet, pendant votre séjour, vous aurez l'occasion de pêcher depuis votre kayak et de goûter le fruit de votre pêche en plus des spécialités locales prévues par notre guide.

N'oubliez pas que vous sortez de l'Union Européenne et que vous bénéficiez encore de produits détaxés à l'aéroport avant votre embarquement (la Norvège n'étant pas dans l'Union Européenne). L'apéro est souvent bienvenu le soir dans les rorbuers. Une petite spécialité locale de chez vous sera la bienvenue et sera une belle surprise pour le groupe le soir au bivouac.
Alcools et cigarettes sont hors de prix en Scandinavie, car taxés au maximum dans un esprit de dissuasion.

HÉBERGEMENT

L'hébergement se fait sous tente 2 places lors du raid avec une tente "mess" principale pour les repas.
Vous serez logés en Søjhus ou Rorbu (maisons traditionnelles utilisées par les pêcheurs pendant les mois de janvier à avril) et en chalet ou auberge de jeunesse gîte lors de vos nuitées en début et fin de raid. Les chambres sont de 4 à 6 personnes.
Lorsque les douches sont payantes, vous disposerez d'un jeton par jour par personne pour prendre votre douche.
Pour le couchage, vous devez impérativement vous munir d'un sac de couchage (idéal température de confort 5°C).

Voici les hébergements (ou équivalent) que nous utilisons généralement sur nos voyages:
- Bodø Vandrerhejem : Sjøgata 57, 8006 Bodø, Norvège https://hihostels.no/hostels/bodo
- Lydersen rorbuer Hovdanveien 46, 8387 Fredvang, Norvège https://www.lydersenrorbuer.no

DÉPLACEMENT

Pédestre, kayak, taxi, ferry
Nous utilisons des kayaks biplaces car ces derniers sont plus stables et ont une plus grande capacité de chargement.

Votre billet d'avion électronique sera à votre disposition 8 à 10 jours avant le départ, sur votre espace client, dont vous recevez identifiant et mot de passe à l'inscription.

Nous utilisons soit la compagnie régulière SAS, soit la compagnie Norwegian, via Oslo.
Eau, thé, café offerts à bord des vols SAS. Toute autre consommation (boissons ou repas) payante à bord.
Vols SAS : 1 bagage en soute de 23kg et 1 bagage en cabine de 8kg (dimensions 50x40x23cm) sont autorisés par personne.
Vols Norwegian : 1 bagage en soute 20kg est prévu et 1 bagage en cabine de 10kg (dimensions 50x40x23cm) est autorisé par personne.
Vol international Paris - Oslo (Norvège), escale à Oslo et vol intérieur vers votre destination finale.

BUDGET & CHANGE

La Norvège, avec un PIB par habitant de 38597 $ (France 23474 $) 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 (avant même le Japon) ! 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.)Prévoyez un budget pour les boissons, les entrées dans les sites et musées et les activités en extra.

La carte bancaire est acceptée dans tous les établissements. Prévoyez un budget pour les boissons, les entrées dans les sites et musées et les activités en extra.

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

- Matériel de kayak (kayak, gilet de sauvetage, pagaie, combinaison sèche, chaussures type crocs, sac étanche...(13L pour affaire personnel/ 22L partagé à 2 pour le sac de couchage)).
- Matériel de camping (tente, matelas) (hors sac de couchage)
- Matériel de pêche

VÊTEMENTS À PRÉVOIR

Les vêtements des pieds à la tête :

- Une paire de chaussures de trekking pour les randonnées. Elles doivent réunir trois qualités : solidité, bonne tenue du pied et de la cheville (tiges hautes) et imperméabilité. Choisissez des chaussures à semelles antidérapantes, à crampons et relativement rigides, elles doivent bien accrocher au terrain.
- Des paires de chaussettes en laine
- Une veste de montagne imperméable type gore tex ou équivalent.
- Une veste polaire ou une veste en duvet (facultatif pour le soir)
- Des sous-vêtements techniques haut (2 à 3 t-shirts) et bas (synthétique ou laine)
- Un pantalon de trek imperméable
- Un maillot de bain
- Un survêtement pour la nuit ou collant long épais.
- Une paire de gants et bonnet pour le soir ou pendant les pauses
- Un chapeau ou une casquette pour le soleil
- Des gants de kayak en néoprène (en option)

EQUIPEMENT À PRÉVOIR

- Un sac à dos à armature souple pour pouvoir le ranger dans le kayak facilement. 20/30 Litres
- Un sac de couchage (confortable +5°C à +10°C) compressible au maximum
- Un drap de sac (à utiliser pour des raisons d'hygiène)
- Des lunettes de soleil haute protection
- Une trousse de pharmacie personnelle
- Une lampe frontale, avec piles et ampoules de rechange (à partir d'août)
- Un couteau/ une fourchette de rando
- Une serviette de toilette en microfibre
- Du savon biodégradable
- Bâtons de marche si vous avez l'habitude de les utiliser sur terrain accidenté
- De la crème de protection solaire (visage et lèvres)
- Une gourde de 1 litre minimum
- Des sacs plastiques pour l'étanchéité de vos affaires
- Un petit sac étanche pour votre appareil photo / téléphone
- Un tupperware pour les salades du midi (750 ml)
- Du papier toilette et un briquet
- Un anti-moustique

BAGAGES

L'ensemble de vos bagages doit être réparti dans 2 sacs :

- Prévoir un sac de voyage souple avec fermeture éclair latérale donnant plus facilement accès à son contenu type sac marin 80L environ et de 20 kg maximum. Les bagages sont transportés par véhicule.
- Un petit sac à dos à armature souple (contenance environ 20 à 30L) pour vos affaires de la journée : pull, t-shirt de rechange, gourde, pique-nique de midi, lunettes, petit matériel, sac plastique

Lors du raid en kayak, vos bagages seront sortis de leurs valises et stockés dans des sacs étanches de 20l que nous fournirons.

Vous pourrez stocker vos affaires en trop en lieu sûr dans notre camp de base durant votre raid.

PHARMACIE

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

NB : Il n'y a pas d'antibiotiques " courants " dans la pharmacie commune. Aussi chaque participant doit-il apporter, s'il le souhaite, son propre traitement en fonction de sa tolérance.
Avant votre départ, pensez à vous procurer la Carte Européenne d'Assurance Maladie (CEAM) : elle vous permet de bénéficier de la prise en charge des soins médicaux nécessaires au cours de votre séjour. Plus d'infos sur : http://www.cleiss.fr/particuliers/ceam.html

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