Atalante
L'ESPRIT TREK

NORVÈGE

Bergen, Oslo, fjords et hauts plateaux norvégiens

- L'alternance et l'originalité des moyens de déplacement
- La découverte des deux plus belles villes de Norvège
- Une expérience nature au refuge et glacier de Finse

À PARTIR DE	**2 395 €** (vol inclus)
DURÉE	7 jours
TYPE	Voyage en petit groupe
NIVEAU	
THÉMATIQUE	Découverte / Randonnée

Pour vous qui souhaitez découvrir le sud de la Norvège en peu de temps sans faire de concessions, ce séjour présente un équilibre entre nature et culture, deux facettes importantes de la société norvégienne. Nous commençons par découvrir Bergen, ville emblématique de Norvège, son quartier hanséatique, ses musées, son marché aux poissons et sa célèbre randonnée d'Ulriken sur les contreforts de la ville.
Ensuite, nous embarquons pour une journée multimodale où nous enchaînerons par trois modes de déplacements différents. Nous découvrirons d'abord le Sognefjord en bateau, le fjord le plus profond d'Europe, puis, nous battrons encore des records en empruntant la ligne de train la plus pentue d'Europe dans une vallée cernée de cascades, le célèbre Flåmsbana. Enfin, nous rejoindrons les hauts plateaux norvégiens en train où nous vivrons une expérience des plus authentiques en refuge au pied de la calotte glacière d'Hardangerjøkulen.
Pour finir, nous découvrirons la capitale de Norvège, Oslo, ses musées, ses espaces verts et son front de mer.
Une semaine riche en découvertes scandinaves vous attend !

Itinéraire

JOUR 1

Arrivée à Bergen

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

Vol Paris - Bergen.

Arrivée à Bergen en fin d'après midi. Transfert et installation dans votre hôtel à Bergen. Repas libre en ville.

JOUR 2

Bergen

HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Visite libre de la ville de Bergen. À ne pas manquer, son mémorable marché aux poissons et ses sandwichs aux crevettes, le quartier hanséatique, ses multiples musées... Vous aurez également l'opportunité de visiter l'église en bois debout de Stave, construction traditionnelle du sud norvégien. Une journée bien remplie vous attend ! Repas du soir et du midi libre en ville.

JOUR 3

Remontée en bateau du Sognefjord puis train de Flåm à Finse

TRANSPORT : BATEAU (250 KM) | HÉBERGEMENT : REFUGE

Départ en bateau de Bergen pour remonter le plus grand fjord du monde, le Sognefjord jusqu'à la ville de Flåm. Puis, vous découvrirez la vallée d'Aurland grâce au célèbre Flåmsbana, le train au pourcentage de pente le plus raide du monde. Puis pour conclure en beauté, vous emprunterez votre dernier train, le Bergen express pour un court trajet de 45 min. Arrivée à Finse, petit village qui culmine à 1222m d'altitude. Finse n'est relié par aucune route, on y vient à pied, à vélo ou en train. Vous aurez la chance de séjourner dans un refuge tout confort géré par le DNT, le club alpin norvégien. Une expérience unique au cœur de la culture norvégienne qui vous aidera à comprendre le lien si fort qui relie les Norvégiens à la nature.

JOUR 4

Glacier Hardanger

MARCHE : 4H | DÉNIVELÉ POSITIF : 460 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 460 M | HÉBERGEMENT : REFUGE

La journée sera consacrée à randonner dans des paysages glaciaires, gorgés de lacs et de ruisseaux, dans une ambiance de bout du monde.
Pour ne rien perdre de la magie de cette nature généreuse, vous passerez une seconde nuit dans le refuge de montagne tout confort du DNT, au pied du glacier de Hardanger-Jøkulen (1863m).

JOUR 5

Finse - Oslo

TRANSPORT : TRAIN (230 KM) | HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÎNER : LIBRE

Vous reprenez le Bergen Railway et son tracé fantastique pour rejoindre la capitale Oslo où vous vous installez pour la nuit. Soirée et repas libre en ville.

JOUR 6

Visite d'Oslo ou randonnée dans Oslomarka

MARCHE : 4H | DÉNIVELÉ POSITIF : 150 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 150 M | HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Pour ceux qui le souhaitent, visite libre de la capitale norvégienne qui s'étale sur de nombreux îlots éparpillés dans l'Oslofjord. Du musée Munch au musée de la culture populaire, du Fram au Kon-tiki, du parc Vigeland à l'Oslo Marka, ce ne sont que quelques exemples de tout l'intérêt que comporte Oslo.

Pour ceux qui souhaitent s'évader en nature une dernière fois, votre guide vous invite à découvrir en randonnant l'Oslomarka, majestueux espace naturel entourant la cité. De quoi finir en beauté ce joli séjour.

Repas libre en ville le midi et le soir.

JOUR 7

Vol pour Paris

DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Départ pour Paris la tête remplie de souvenirs après ce séjour exceptionnel à la découverte de la Norvège.

À NOTER

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 en petit groupe aux confins de la nature et des peuples.
Certains départs sont également proposés par notre agence de vente en direct, Altai Norway. Dans ce cas, le groupe sera international et guidé en français et en anglais.

Ce programme peut accueillir des participants ayant commencé leur séjour une semaine plus tôt ou continuant plus longtemps. En effet, nous effectuons parfois des regroupements de circuits dont les semaines sont identiques afin de rassembler un nombre suffisant de participants. Cependant, il est également possible que ces circuits aient lieu séparément et que les deux groupes fonctionnent de manière indépendante lorsqu'il y a suffisamment de participants sur chaque groupe.

Départ du 12/06 10/07 07/08 28/08 dans le sens Oslo Bergen
Départ du 19/06 17/07 14/08 dans le sens Bergen Oslo

Dates & prix

LES PROCHAINS DÉPARTS

(informations au 12/05/2024)

Nombre de participants : de 4 à 16

DU	AU	PRIX TTC / PERS.	ETAT
DIM. 09/06/2024	SAM. 15/06/2024	2 495 €	Départ initié
DIM. 23/06/2024	SAM. 29/06/2024	2 495 €	Départ initié
DIM. 07/07/2024	SAM. 13/07/2024	2 695 €	Confirmé
DIM. 14/07/2024	SAM. 20/07/2024	2 595 €	~~COMPLET~~
DIM. 21/07/2024	SAM. 27/07/2024	2 695 €	Confirmé
DIM. 04/08/2024	SAM. 10/08/2024	2 695 €	Confirmé
DIM. 18/08/2024	SAM. 24/08/2024	2 395 €	Départ initié
DIM. 01/09/2024	SAM. 07/09/2024	2 395 €	Départ initié

LE PRIX COMPREND

- Vols Paris / Bergen et Oslo / Paris (vols réguliers)
- Les taxes aériennes
- Les transferts sur place
- L'hébergement : hôtel en chambres twins dans les villes
- L'hébergement en refuge Norvégien à Finse.
- La pension complète sauf à Bergen et Oslo
- Le transport des bagages
- L'encadrement par un guide accompagnateur 66°Nord

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 des soir à Bergen et Oslo (~ 30 à 35 € / repas)
- Les repas et boissons durant les vols internationaux et intérieurs
- Les City Pass à Bergen et Oslo (~ 40 €)

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

- **Nuit supplémentaire à Bergen**

Réservez une nuit supplémentaire à Bergen pour profiter un peu plus longtemps des richesses de cette ville.

Chambre double ou twin : à partir de 110 EUR par personne.

Chambre individuelle : à partir de 190 EUR par personne.

Tarif susceptible d'augmenter suivant l'hébergement et la période

--

- **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

Ce voyage en Norvège est accessible à toute personne en bonne santé. Randonnées de 2 à 5h de marche cumulée par jour, avec des dénivelés pouvant atteindre 500 mètres.
Pas de difficulté technique.
Cependant, la météo norvégienne est parfois capricieuse ; elle peut évoluer rapidement et rendre plus difficile la randonnée et la vie en extérieure de manière générale.

ENCADREMENT

Installée en Norvège 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, mobilisés à 100% pour vous faire découvrir des endroits insolites en pleine nature. Laissez-vous guider…

ALIMENTATION

Malgré les 68° de latitude Nord, nous nous efforçons de proposer des fruits et des légumes frais quotidiennement.
Après un petit déjeuner copieux, le pique-nique est toujours composé d'aliments locaux : sandwichs, salades, fruits, gâteaux et fruits secs… préparés 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.
Pendant votre séjour, vous aurez l'occasion de goûter le saumon grillé ou fumé (laks), les crevettes cuites à l'eau (reker) ou fraîches (ferske reker) et le torsk (cabillaud).

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.
Alcools et cigarettes sont hors de prix en Scandinavie, car taxés au maximum dans un esprit de dissuasion.

HÉBERGEMENT

L'hébergement se fait en hotel de bon standing dans les villes, en chambre twin maximum. Un supplément single est disponible sur demande.

Voici les hébergements que nous utilisons généralement sur nos voyages:
- Refuge DNT FINSE https://www.dnt.no/finsehytta
- Comfort Hotel Bergen : Strandgaten 190, Bergenhus, 5817 Bergen, Norvèg
- Cochs Pensjonat : Parkveien 25, 0350 Oslo, Norvège https://www.cochspensjonat.no/

DÉPLACEMENT

Séjour multimodal par excellence ! Pédestre, taxi, ferry, bateau rapide et train.

Attention : en fonction des horaires de bateaux, certaines journées peuvent être modifiées.

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.

Vol international: Nous utilisons soit la compagnie régulière SAS, soit la compagnie Norwegian, via Oslo (ou Stockholm).
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

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 de laine
- Une veste de montagne ou un bon anorak imperméable
- Une veste en duvet (facultatif)

Les vestes les plus performantes contre le vent et la pluie sont en Gore-tex ou Micropore, matière "respirante" qui permet l'évacuation rapide de la transpiration.

- Des pull-overs chauds ou fourrures polaires. Cette dernière a l'avantage d'être résistante, chaude, légère ; elle sèche rapidement et offre un contact doux. Les plus adaptées, bien connues des montagnards, sont les fibres Polartec, Carline et Ulfrotté.
- Une chemise chaude en laine ou une carline
- Des sous-vêtements hauts et bas. C'est la première isolation que vous aurez, soignez-la. Des fibres techniques fines, comme la Carline ou la Polartec sont très efficaces, chaudes, souples, confortables et légères. Elles sèchent très rapidement.
- Un pantalon de trek imperméable
- Un maillot de bain
- Un survêtement pour la nuit
- Une paire de gants et bonnet de laine

EQUIPEMENT À PRÉVOIR

- Des lunettes de soleil haute protection
- Une trousse de pharmacie personnelle
- Un couteau
- De la crème de protection solaire (visage et lèvres)
- Une gourde de 1 litre minimum, légère et en option isotherme
- Des sacs plastiques pour l'étanchéité de vos affaires
- Un tupperware et des couverts
- Un thermos
- Des bâton(s) de marche facultatifs sauf si vous êtes des habitués
- Des guêtres
- Des boules Quiès
- Un bloc-notes
- Un masque de nuit (le jour permanent peut perturber le sommeil)

BAGAGES

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

- Prévoir un sac de voyage à roulette avec l'ensemble de vos affaires dans un volume n'excédant pas les 80L car vous serez amenés à vous déplacer en centre-ville avec vos bagages pour rejoindre les transports.
- Un petit sac à dos (contenance environ 40L) pour vos affaires de la journée : pull, t-shirt de rechange, gourde, pique-nique de midi, lunettes, petit matériel, sac poubelle plastique

PHARMACIE

Votre accompagnateur disposera d'une pharmacie de première urgence pendant le circuit.
Toutefois, il est recommandé aux participants d'apporter leurs médicaments : aspirine, antiseptique intestinal, petits ciseaux, tricostéril, crème de protection solaire visage et lèvres, crème… Pensez également à vos pieds : élastoplast, éosine, 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