Atalante
L'ESPRIT TREK

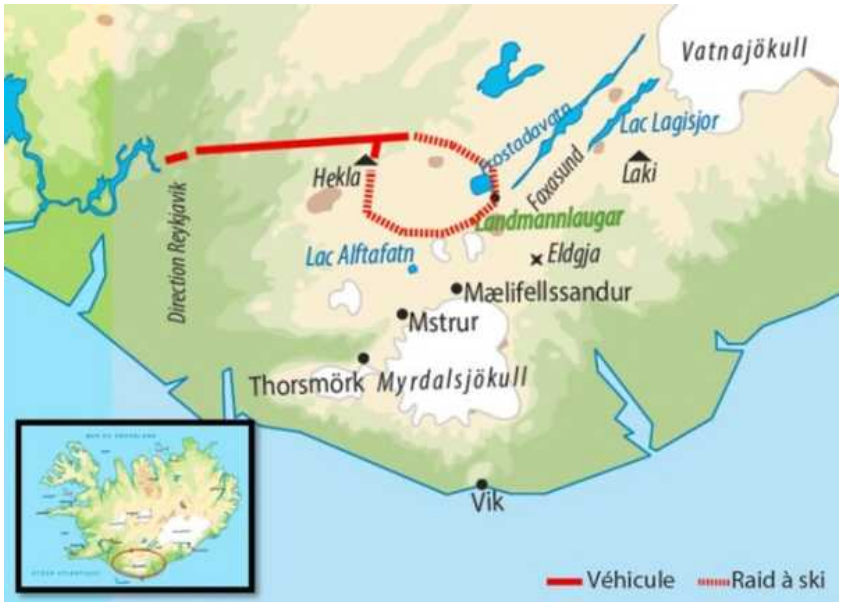
ISLANDE

Raid nordique entre volcans et fumerolles

- De la neige, des aurores, un territoire sauvage, what else ?
- L'alternance entre nuits sous tente et nuits en refuge
- Les baignades dans les sources chaudes du Landmannalaugar

À PARTIR DE	**2 395 €**
DURÉE	9 jours
TYPE	Voyage en petit groupe
NIVEAU	
THÉMATIQUE	Ski nordique

L'hiver, les hauts plateaux de l'intérieur de l'île aux volcans se recouvrent de neige. L'Islande a alors un tout nouveau visage pour les amateurs de grands espaces que nous vous proposons de découvrir durant cette expérience hivernale unique d'une semaine au cœur du massif volcanique de Fjallabak. Lacs gelés, glaciers majestueux et champs de lave pétrifiés pris dans la glace forment le décor de ce raid. Nous évoluons dans ce décor en ski nordique sur terrain plat et à pied lorsque le relief s'accentue, tractant votre pulka où seront stockées vos affaires pour une première découverte originale d'un raid hivernal. Certaines nuits seront sous tente pour s'immerger dans l'ambiance arctique des bivouacs hivernaux et avoir plus de souplesse dans notre évolution en allant dans des lieux encore plus isolés. Les nuitées de milieu de séjour s'effectuent en refuge à Landmannalaugar pour découvrir confortablement cette zone de volcanisme actif.



Itinéraire

JOUR 1

Vol Paris - Reykjavik

HÉBERGEMENT : GUESTHOUSE | DÎNER : LIBRE

Arrivée libre à Reykjavik, ce jour-là ou quelques jours avant, selon votre choix. Transfert libre, à travers le champ de lave de Reykjanes, pour gagner la capitale islandaise. Installation à l'hébergement et 1ere rencontre avec votre guide en début de soirée.

NB : votre agence peut bien entendu s'occuper de votre vol et de votre transfert vers Reykjavik. Demandez à votre conseiller.

JOUR 2

Transfert vers les hautes terres volcaniques et début du raid

HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Après un bon petit déjeuner, distribution du matériel puis transfert en direction de l'intérieur de l'ile. Notre itinérance en ski pulka débute aux portes des hauts plateaux désertiques du Sprengisandur et des massifs volcaniques et glaciers. Nous prenons en main nos pulkas et apprenons à manier ce compagnon de voyage sur cette étendue blanche plane éventrée par des blocs de lave émergeant de la couche de neige. Dans les derniers kilomètres, nous pénétrons dans le massif de Fjallabak et évoluons entre les sommets volcaniques dans une étroite vallée qui nous conduit à notre premier lieu de bivouac, havre de paix isolé au coeur des hautes terres.

Distance: 13 à 18km selon l'enneigement et les possibilités de dépose en véhicule
Dénivelé: +180m/-100m

JOUR 3

Traversée du massif volcanique de Fjallabak vers Landmannalaugar

HÉBERGEMENT : REFUGE

L'itinérance du jour nous mène dans l'une des zone les plus spectaculaires d'Islande, le Landmannalaugar. Pour y parvenir, nous nous faufilons entre les cratères coniques et glissons sur la glace des lacs gelés. Nous évoluons dans une ambiance unique, marquée par les soubresauts de la terre, de la glace et des vents. Nous arrivons au refuge de Landmannalaugar, au pied d'une superbe coulée de lave où nous nous installons pour les 3 prochaines nuits. Le site est superbe et bénéficie de surcroît d'une superbe source chaude au pied du refuge.

Distance: 20km

Dénivelé:+220m/-200m

JOURS 4 À 5

Exploration du massif volcanique de Landmannalaugar

HÉBERGEMENT : REFUGE

Nous laissons nos pulkas pour deux jours afin d'explorer les environs du refuge. Une multitude de randonnées à la journée sont possibles dans ce site paradisiaque pour les amoureux de nature sauvage: crêtes de Sudurnamur, gorges et marmites bouillonnantes de Vondugil, vallée glacière de Jökuldalur. Nous pourrons également rejoindre le site géothermique de Storhver dont les fumerolles sont visibles à des kilomètres. Si le relief s'accentue, nous évoluons sans nos skis pour éviter toute glissade non contrôlée.

Nous rejoignons notre refuge confortable tous les soirs et profitons de la source chaude. Si le temps est dégagé, nous pourrons même observer des aurores boréales.

Distance: 10 à 15km par jour selon les conditions météo

Dénivelé: +400/-400m par jour

JOUR 6

Itinérance à travers les fumerolles

HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Nous quittons ce superbe site en direction du lac de Frostadavatn qui marque l'entrée dans la région des lacs. Nous montons progressivement dans les massifs rhyolithiques percés de part et d'autres par fumerolles et marmites bouillonnantes. La progression dans cette terre en activité donne une ambiance toute particulière à cette journée. Nous redescendons ensuite par une petite gorge en direction de la vallée de Landmannahellir où nous installerons notre campement pour notre dernière soirée dans le massif.

Distance: 19 à 21km

Dénivelé: +360/-380m

JOUR 7

Fin du raid à proximité du volcan de l'Hekla

HÉBERGEMENT : GUESTHOUSE | DÎNER : LIBRE

Nous tractons une dernière fois nos pulkas et faisons cap vers l'ouest en direction de l'Hekla, un des volcans les plus connus mais aussi les plus redoutés d'Islande. Nous nous faufilons dans les vallées, traversons lacs gelés et champs de lave pour atteindre progressivement la plaine où nous attend notre véhicule qui nous ramène doucement vers la civilisation et Reykjavik.

Distance: 15 à 23km selon l'enneigement

Dénivelé: +70m/-540m

JOUR 8

Journée de sécurité à Reykjavik

HÉBERGEMENT : GUESTHOUSE | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Détente et journée libre pour visiter la capitale islandaise, ses nombreux musés, ses excursions baleines, son cercle d'or ou pourquoi pas se relaxer au Blue Lagoon.

JOUR 9

Retour en France

Transfert libre pour l'aéroport international de Keflavik.

Vous souhaitez prolonger votre voyage ? N'hésitez pas à nous consulter pour les diverses options d'hébergement complémentaire sur Reykjavik, ou pour la réservation de votre transfert aéroport et vol retour.

Remarque itinéraire:
Ce parcours peut être amené à être modifié selon les conditions d'enneigement qui varient d'une année sur l'autre en Islande. De ce fait, les lieux de départ et de fin des raids peuvent évoluer.

À NOTER

Au regard des conditions nivologiques et atmosphériques et du niveau du groupe, l'itinéraire et les temps d'activité ou de transfert sont donnés à titre indicatif et peuvent être modifiés. L'expérience de votre guide le conduira à choisir la meilleure option pour vous faire vivre de magnifiques randonnées tout en assurant la sécurité du groupe. Les journées pourront donc éventuellement être inversées et les sommets visés différents du programme initial.

Les aurores boréales sont des phénomènes lumineux spectaculaires mais imprévisibles. Même à proximité du cercle polaire arctique, leur observation dépend de facteurs aléatoires que nous ne saurons maitriser : une activité solaire intense et un ciel étoilé. L'architecture du circuit et l'expérience de votre guide optimisent la chance de pouvoir observer ce spectacle céleste, mais nous ne pouvons vous garantir leur observation à 100%.

Dates & prix

LES PROCHAINS DÉPARTS

(informations au 03/05/2024)

Nombre de participants : de 5 à 8

DU	AU	PRIX TTC / PERS.	ETAT
DIM. 09/02/2025	LUN. 17/02/2025	**2 395 €**	Confirmé dès 5 inscrits
DIM. 23/02/2025	LUN. 03/03/2025	**2 395 €**	Confirmé dès 5 inscrits
DIM. 09/03/2025	LUN. 17/03/2025	**2 395 €**	Confirmé dès 5 inscrits

Le nombre de participants peut être inférieur au nombre minimum indiqué ci-dessus.

LE PRIX COMPREND

- Les déplacements selon le programme
- L'hébergement tel que décrit
- Les repas tels que mentionnés dans le jour le jour
- L'encadrement par un guide accompagnateur francophone
- Le prêt du matériel spécifique : ski, chaussures, bâtons, pulka, duvets, tentes, kits de sécurité

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne

- Les vols Paris / Reykjavik / Paris
- Les taxes aériennes et de sécurité
- Les activités optionnelles : réservation conseillée des excursions lors de l'achat du séjour, pour garantir leur disponibilité. Sur place, paiement par téléphone via CB.
- La contribution carbone volontaire pour votre voyage en Islande: 5€ par personne
- 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.
- Les repas mentionnés comme libre dans le programme (de 20 à 60euros/repas)

À payer sur place :

- Les repas mentionnés comme libre dans le programme (de 20 à 60euros/repas)
- Les dépenses personnelles
- Les boissons
- Attention, ces informations vous sont communiquées à titre indicatif pour vous aider à préparer votre voyage. Si une modification de date ou de prix intervenait en amont de votre voyage, elle vous serait communiquée lors de votre inscription.

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.

AÉRIEN

Nos prix sont calculés sans acheminement à destination. Les points de rendez-vous et de départ de chaque voyage sont indiqués sur votre itinéraire.

Mais rassurez-vous, nous pouvons réserver votre acheminement pour vous simplifier la vie :

- Une proposition à la carte (choix de la compagnie, aéroport de départ).
- La transparence sur le prix du billet.
- Les frais de gestion et de modification de vol inclus en cas d'incident.
- Les transferts aéroport / hôtel inclus à votre arrivée et départ (quand applicable).
- Le tout pour un forfait fixe de 80 € / personne.

OPTIONS

- Vivez une micro-aventure afin de vous préparer à votre future expédition !

Le terrain varié des hauts plateaux du Vercors nous permettent de simuler les différents types d'obstacles que nous croiserons en Arctique.
L'objectif de ce stage est de vous préparer à la gestion du froid, à l'autonomie, et de prendre en main la logistique d'une expédition polaire.
Un véritable cours de progression en milieu enneigé, encadré par un guide spécialiste des régions polaires.

- Croisière d'observation des baleines (depuis Reykjavik)

Partez à la recherche des cétacés depuis Reykjavik. Une navigation de 3h dans la baie de Faxaflói vous permet d'observer, avec de grandes chances de succès, baleines à bosse, marsouins, dauphins à bec blanc, orques ou bien rorqual communs qui peuplent cette partie de l'océan Atlantique.
--
Période : toute l'année, 1 à 6 départs par jour de 8h30 à 21h
Transport : pied / Bus (départ du port de Reykjavik, proche du centre-ville)
Durée de l'excursion : environ 3h
Equipement : combinaison chaude fournie
Tarif : à partir de 80€ par personne

- Aurores Boréales : Excursion en mer (depuis Reykjavik)

Partez en pleine nuit pour une excursion en mer à la chasse aux aurores boréales.
Loin de la ville, vous aurez peut-être la chance d'observer ce spectacle, véritable jeux de lumières incandescentes au-dessus de l'océan.
--
Période : Septembre - Avril
Durée : environ 2h30
Equipement: combinaison chaude fournie
Tarif : 80 € par personne incluant le transfert A/R depuis votre hébergement.

- Détente au Blue Lagoon (depuis Reykjavik)

Profitez d'un moment de détente dans le célèbre Blue Lagoon de la péninsule de Reykjanes. Véritable SPA en plein air, découvrez les eaux chaudes naturelles de ce lieu magique et si fortement ancré dans la culture Islandaise. Possibilité restaurant sur place en supplément.
--
Réservation en avance fortement conseillée
Période : toute l'année
Transports : bus (40 min de trajet)
Départs: au choix entre 9h00 et 18h00.
Durée : illimitée
Tarif : à partir de 145 € par personne

- Exploration du glacier Solheimahjokull (depuis Reykjavik)

Crampons aux pieds, parcourez l'un des plus beaux glaciers d'Islande : le Sólheimajökull. Lors de cette randonnée encadrée par un guide, vous évoluez au milieu d'un paysage glaciaire formé de crêtes et de crevasses profondes. Cette excursion sera aussi l'occasion de profiter des cascades de Skogafoss et Seljalandsfoss.
--
Période : toute l'année
Transport : bus (2h de trajet)
Départ tous les jours à 09h00
Durée : 10h dont 3h-3h30 de marche sur glacier
Equipement : crampons et piolet fournis
Prix : à partir de 160 €/adulte et 85€/jeune 10-15 ans
Non accessible aux moins de 10 ans

- Snorkeling dans la faille de Silfra (depuis Reykjavik)

Osez plonger dans l'eau turquoise de la faille de Silfra, qui sépare le continent américain et européen ! Située dans le parc national de Thingvellir, cette particularité géologique est aussi un des plus impressionnants spots de plongée du monde. Vivez un moment original dans la pureté des eaux islandaises !
--
Période : toute l'année
Transport : bus (45min de trajet)
Temps d'activité : environ 3/4h transport inclus, temps d'exploration environ 40 minutes
Matériel fourni sur place : combinaison néoprène ou sèche et masque de plongée
Tarif : à partir de 147€ par personne

- Nuit supplémentaire à Reykjavik

Prolongez votre immersion dans la capitale Islandaise et profitez des nombreuses activités possibles autour de Reykjavik.
Nuit en dortoir, chambre double, twin ou single avec salle de bain partagée. Petit déjeuner inclus.
--
Période : toute l'année
Nuit en dortoir : à partir de 60€
Chambre double ou twin : à partir de 95€ par personne
Chambre single : à partir de 140€ par personne
Sous réserve de disponibilité

Détail du voyage

NIVEAU

Ce voyage en Islande est de niveau modéré à soutenu. Il est cependant accessible à toute personne pratiquant la raquette ou un sport d'endurance régulièrement, et qui a l'habitude de passer du temps dehors en conditions hivernales. Vous devez être en mesure de marcher à pied ou en raquettes sur une durée de 5 à 8h de marche par jour, comprenant des dénivelés pouvant atteindre 600m.
Votre guide vous expliquera comment utiliser au mieux vos raquettes à neige. Cependant, la météo islandaise est parfois capricieuse. Elle peut évoluer rapidement et rendre plus difficile la randonnée, il est donc nécessaire de bien respecter la liste d'équipement recommandée pour profiter au mieux de votre voyage.

ENCADREMENT

A votre arrivée à l'aéroport de Reykjavik, vous serez accueillis par votre guide-accompagnateur ou une personne de l'équipe 66 Nord dans le cas où vous êtes positionnés sur les plans de vols de référence liés au séjour . Dans le cas contraire, vos devrez vous rendre à l'hébergement premier nuit soit en bus (non inclus) soit en taxi (non inclus). Le transfert est très simple. Votre conseiller pourra vous donner toutes les informations. Il en est de même pour le retour.

Votre voyage est encadré par un guide-accompagnateur islandais francophone ou français faisant partie de l'équipe 66°Nord. Les guides sont des guides polyvalents pouvant à la fois s'occuper de l'encadrement du séjour, de la conduite ainsi que de la cuisine afin d'assurer dans les meilleures conditions le déroulement et de rendre possible les voyages que nous proposons.

Nos voyages sont des voyages dits "participatifs" , la participation aux taches collectives : préparation des repas, vaisselle et chargement des véhicules est donc indispensable au bon déroulement du séjour.

Sécurité et déroulement du séjour :
Nos séjours se déroulent en milieu polaire, milieu isolé pouvant se révéler hostile. Votre guide seul fait autorité durant la totalité de votre séjour et, de par ses connaissances du terrain, est habilité à prendre des décisions, voire à modifier l'itinéraire si les conditions l'exigent.

ALIMENTATION

Participation de tous aux tâches collectives : le guide gérant toute la logistique de votre voyage, il est demandé à chacun dans un esprit participatif et collaboratif, de participer à la préparation des repas et à la vaisselle.

Après un petit déjeuner copieux, le pique-nique est toujours composé d'aliments locaux : sandwiches,

salades composées, fruits, gâteaux et fruits secs... préparé par vos soins le matin.
Pour certaines randonnées, nous opterons plutôt pour des snacks et votre guide vous proposera un "retour de course" plus conséquent, une fois de retour à l'hébergement.

Le diner est préparé et pris en commun. Votre guide cherchera à vous faire découvrir la gastronomie méconnue de l'Islande et assurera l'approvisionnement régulier en légumes et fruits. Parmi nos plats préférés, citons par exemple la fondue de poireaux aux crevettes, le saumon en papillote et patates douces, le gigot d'agneau à la moutarde, le skyr (fromage blanc local), le hareng en sauce, le caviar de morue, les "kleinur" (beignet local)... Mais aussi les pâtes aux 3 saumons, le dhâl ou le rougail saucisse ;-) ! Selon les conditions du raid, il se peut que certains diner soit sous forme de lyophilisé, notamment pour les nuits en bivouac.

Régimes alimentaires particuliers :
Nos guides ne peuvent pas préparer des repas particuliers tous les soirs pour les personnes ayant des régimes alimentaires spécifiques.
Pour les végétariens : merci de préciser si vous mangez du poisson / des crustacés.
Nous avons de la viande / poisson à tous les dîners donc vous aurez les mêmes accompagnements que les autres
participants (féculents, légumes assez classiques) mais il faut prévoir des compléments de votre côté pour compenser le manque de protéines.
Pour les pique-niques du midi, nous avons soit des salades, soit des sandwichs avec du saumon ou de la charcuterie, vous pourrez donc éventuellement vous préparer des salades la veille avec votre guide, en fonction de ses menus.

Pour les sans gluten : merci de préciser si intolérance ou allergie et nous dire ce que vous mangez quotidiennement.
Nous avons de la viande / poisson à tous les dîners, que nous accompagnons soit de légumes soit de féculents. Donc
vous devrez prévoir de quoi remplacer les féculents : ex graine de couscous qui se cuit rapidement et amener des compléments alimentaires pour 3 à 4 jours par semaine.
Nous pourrons avoir des biscuits, biscottes sans gluten pour les pique-nique, mais prévoyez en supplément également.

Vous devez donc prévoir des repas complets ou des compléments alimentaires pour 3 à 4 jours par semaine.

N'oubliez pas les produits détaxés à l'aéroport d'embarquement. Une bouteille d'alcool est bienvenue le soir au bivouac. L'alcool est vendu dans les magasins d'état en Islande et il est très cher.

HÉBERGEMENT

A Reykjavik :

Nuit en hôtel ou guesthouse dans la capitale nordique, en chambre double/twin avec salle de bain privée ou partagée, exceptionnellement en triple/quadruple avec salle de bain partagée.

Une guesthouse à Reykjavik est un hébergement convivial dans de grandes maisons islandaises typiques, composées de 5 à 10 chambres, et situées plutôt en ville ou le long de l'océan.
Nous réservons aussi des nuits dans de petits hôtels, en chambre double/twin avec salle de bain privative (parfois à partager), exceptionnellement triple avec salle de bain privative ou à partager.
Aurora guesthouse : https://www.aurorahouse.is/
Alba guesthouse : https://www.alba.is/
Hotel Klettur : https://hotelklettur.is/
Hotel Cabin : https://hotelcabin.is/

Pendant le raid :

Nuit sous tente, en bivouac en pleine nature.
Nuit au refuge de Landmannalaugar

Tente :
La nuit sous tente est une très bonne formule pour profiter de l'environnement naturel sauvage.
Nous vous fournissons les équipements suivants : une tente Simond type MAKALU T3 pour 2 personnes (possibilité de réserver une tente individuelle sur demande) ainsi qu'un matelas Thermarest autogonflant individuel. Le campement se monte autour d'une grande tente mess qui est un lieu de vie chaleureux pour le groupe, ou l'on partage les anecdotes de la journée autour d'un bon repas. Le montage de la tente mess et des tentes individuelles est effectué par les participants.

Refuge :
La nuit en refuge fait partie de la vie des hautes terres d'Islande. Les refuges islandais sont des installations isolés au milieu d'un cadre naturel exceptionnel. La plupart d'entre eux sont situés au cœur des hautes terres. A l'image de nos refuges de montagnes, ils disposent d'un grand dortoir au confort sommaire, où Il est nécessaire d'apporter son sac de couchage. Les refuges ont l'eau courante et en majorité l'électricité. Les douches ainsi que la recharge de batteries sont payantes (500 Isk), nous vous recommandons donc d'avoir des batteries de rechange pour vos appareils photos.
Landmanalaugar : https://www.fi.is/en/mountain-huts/landmannalaugar

L'Islande est un pays de seulement 370.000 habitants qui accueille plus de 3 millions de touristes par an. Par conséquent les guesthouses et refuges adaptés aux groupes sont rares et très prisés, en particulier durant la période estivale mais parfois également en hiver. Malgré un effort permanent dans le choix des

hébergements tant pour leur qualité que pour leur situation (souvent exceptionnelle), leur niveau de confort et d'équipement reste variable pendant ce circuit. Tous les hébergements disposent des éléments suivants : chauffage, douches chaudes, sanitaires à partager et cuisine équipée.

DÉPLACEMENT

Pour cet itinéraire nous utilisons un véhicule privatisé pour le groupe, adapté aux routes empruntées. Dans le pays, le réseau routier dessert les campagnes habitées sur le pourtour de l'île et la plupart des caps. A l'intérieur des îles, ce sont des pistes avec passage de gués, sable et pierriers. Elles sont plus ou moins praticables en fonction de la saison, de la météo et nécessitent l'usage de véhicules adaptés. Pour cet itinéraire, nous utilisons, en fonction de la taille du groupe, un minibus ou des voitures 4x4. En hiver, le service des routes islandais est très efficace, mais les conditions atmosphériques changeantes peuvent parfois bloquer certaines routes pendant quelques heures. Cela fait partie du "charme" de l'Islande et votre guide saura trouver les solutions adéquates.

Si vous prenez votre trajet en avion avec nous :

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 Paris - Keflavik (Islande) en aller / retour sans escale. Durée : 3h environ

La plupart des vols sont opérés soit par la compagnie régulière Icelandair, soit les compagnies Play ou Transavia : services comparables sur les trois (type d'avion, fiabilité, repas payants sur les trois compagnies, boissons alcoolisées payantes sur Icelandair, toutes boissons payantes sur Transavia et Play).

BUDGET & CHANGE

1 euro = 150 ISK env.

Les cartes de crédit internationales sont acceptées dans la quasi-totalité des commerces, à Reykjavik comme dans le reste du pays. Ces paiements peuvent éventuellement être soumis à des frais, selon votre banque.

On ne peut pas acheter ou vendre de couronnes islandaises hors d'Islande ou à un taux très désavantageux et les euros ne sont pas acceptés en Islande. Nous vous conseillons de retirer de l'argent à un distributeur automatique (ATM) une fois à Reykjavik.

Nous vous recommandons un retrait d'un montant de minimum 15.000 isk (env. 120€) pour ce séjour par personne.

Si vous souhaitez tout de même acheter de la monnaie locale en changeant des euros sur place, vous trouverez un bureau de change en ville (les taux de change y sont très désavantageux) et dans les banques (fermées le week-end). Garder en tête que la carte bancaire est accepté dans la quasi-totalité des commerces et que (suivant vos frais bancaires), celle-ci constitue souvent l'alternative la moins couteuse.

Pour vous donner une idée du coût de la vie en Islande, voici quelques estimations (tarif début 2018) :
- un café : 350 à 400 ISK (environ 3€)
- un pylsur (hot dog) : 600 ISK (environ 4,5€)
- une bière : env 900 ISK (environ 7€)
- un plat de poisson dans une brasserie à Reykjavik : autour de 4000 ISK (environ 32€)
- un ticket de bus à Reykjavik : 460 ISK (environ 3.70€)
- un ticket de cinéma : environ 1600 ISK (environ 13€)
- un pull en laine fait main : environ 15.000-22.000 ISK (120€ - 175€)

POURBOIRES

Nous vous recommandons un montant entre 20 et 45 € par participant. Toutefois, il est important de considérer que le pourboire, demeurant facultatif (n'étant pas une partie du salaire), doit être accordé en fonction de votre niveau de satisfaction du travail et des petites attentions de l'équipe locale.

Equipement

MATÉRIEL FOURNI SUR PLACE

Nous mettons à votre disposition des équipements de grande qualité et d'une légèreté impressionnante, pour que vous passiez un séjour agréable sans souffrir d'inconfort.

Matériel fourni:

- Matériel de ski: Skis de randonnée nordique, bâtons et chaussures, pulka.
- Matériel de camping : Tente 3 places pour 2 personnes, matelas type Therm-a-Rest auto-gonflant, sac de couchage grand froid
- Matériel de cuisine: couverts, tasses, popote...

VÊTEMENTS À PRÉVOIR

Pour l'habillement, le système "3 couches" est le meilleur.
Les vêtements les plus rapprochés du corps laissent facilement échapper la sueur. Les autres couches conservent la chaleur ou vous préservent des conditions extérieures.

La couche de base

Portée à même la peau, c'est la première isolation que vous aurez. Soignez-la ! Des fibres techniques fines, type carline, capilene ou Merinos sont très efficaces, chaudes, souples, confortables et légères. Privilégiez la laine Merinos, aussi efficace en terme de thermicité comme pour sa capacité à ne pas retenir les odeurs ! Ces matières sèchent très rapidement.

- Plusieurs T-shirts à manches courtes et longues
- 1 ou 2 collants

La couche intermédiaire

Elle vous apporte de la chaleur tout en continuant de faire migrer la transpiration vers l'extérieur.

- 1 polaire fine (ou micropolaire)
- 1 veste Softshell ou une minidoudoune, pour un apport thermique supplémentaire et apprécié en Islande comme en montagne
- Quelques paires de chaussettes de marche en laine
- 1 casquette
- 1 bonnet + 1 bonnet de rechange (ou bandeau)
- 1 paire de gants chauds + 1 paire de rechange
- 1 cache-cou type Buff
- 1 paire de lunette de soleil, indice de protection élevé
- 1 paire de soleil de soleil de remplacement
- 1 masque de ski

La couche extérieure

Elle vous coupe du vent et de la neige.

- 1 veste imperméable et respirante (hardshell 2 ou 3 couches) avec une membrane type Gore-Tex, H2No, Dryvent, MP+…
- 1 pantalon de raquette / ski de rando avec une membrane équivalente, avec guêtres intégrées
- 1 paire de chaussures de “trekking” imperméables, confortables, antidérapantes, respirantes, avec une tige montante pour une meilleure tenue du pie

EQUIPEMENT À PRÉVOIR

- 1 paire de chaussures de marche basses
- 1 paire de chausson ou crocs pour le soir (en Islande, on retire ses chaussures dans les hébergements)
- 1 tenue pour le soir
- 1 stick à lèvres et de la crème solaire
- 1 maillot de bain et une serviette
- 1 frontale avec piles de rechange
- Des boules Quiès
- 1 gourde de 1,5 litres ou 2 équivalentes (camelbak ou gourdes rigides)
- Un couteau suisse ou équivalent (en soute !)
- Papier toilette + briquet pour brûler celui-ci après usage
- Une petite spécialité de votre “terroir” ou gâteaux apéritifs pour le soir

BAGAGES

Durant le raid, vos affaires seront réparties dans un sac étanche de 23L, vous devrez donc limiter le nombre d'affaires que vous amenez.
Vous pourrez également emporter un petit sac à dos (contenance environ 30L) pour vos affaires de la journée : pull, t-shirt de rechange, gourde, pique-nique de midi, lunettes, petit matériel, sac poubelle plastique.
Les pulkas n'étant pas des coffres de grandes tailles, elles seront d'autant plus faciles à tirer qu'elles seront légères. Il serait souhaitable de prendre le minimum d'affaires mais des vêtements adaptés et à multi usages.
Vous pouvez prendre cependant des affaires pour votre voyage en avion et votre visite à Reykjavik.
Toutes vos affaires pourront êtres stockées en sécurité sur à Reykjavik pendant votre périple.

PHARMACIE

Votre accompagnateur dispose d'une trousse de secours de première urgence pendant le circuit.
Toutefois, nous vous recommandons d'apporter vos médicaments :
- Médicaments personnels
- Anti douleur type Paracétamol
- Anti diarrhéiques
- Pansement intestinal
- Crème solaire à forte protection pour les lèvres et la peau
- Collyre pour les yeux
- Crème hydratante pour le traitement des brûlures superficielles (ampoules et coups de soleil)
- Une bande élastique adhésive, une boîte de pansements adhésifs et compresses désinfectantes
- Double peau pour les ampoules

Formalités & santé

PASSEPORT

Passeport doit être valable plus de 3 mois après la date de retour (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 doit être valable plus de 3 mois après la date de retour (vérifier la date d'expiration dès maintenant).
À compter du 1er janvier 2014, la durée de validité des cartes nationales d'identité (CNI) délivrées aux personnes majeures passera de 10 à 15 ans. Attention, cette prolongation ne concernera pas les CNI délivrées aux mineurs qui resteront toujours valables 10 ans. Un décret vient en effet d'être publié en ce sens au Journal officiel du vendredi 20 décembre 2013. Cet allongement de 5 ans concernera à la fois : les nouvelles CNI délivrées à partir du 1er janvier 2014, les CNI délivrées entre le 2 janvier 2004 et le 31 décembre 2013. Pour les CNI délivrées entre le 2 janvier 2004 et le 31 décembre 2013, cette prolongation de 5 ans n'impliquera aucune démarche particulière de la part des usagers, la date de validité inscrite sur le titre n'étant pas modifiée. Pour chaque pays acceptant la carte nationale d'identité comme document de voyage, le ministère de l'intérieur propose une fiche d'information traduite.
http://www.interieur.gouv.fr/Actualites/L-actu-du-Ministere/Duree-de-validite-de-la-CNI

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