Norvège

LAPONIE, CAP NORD ET ÎLES LOFOTEN

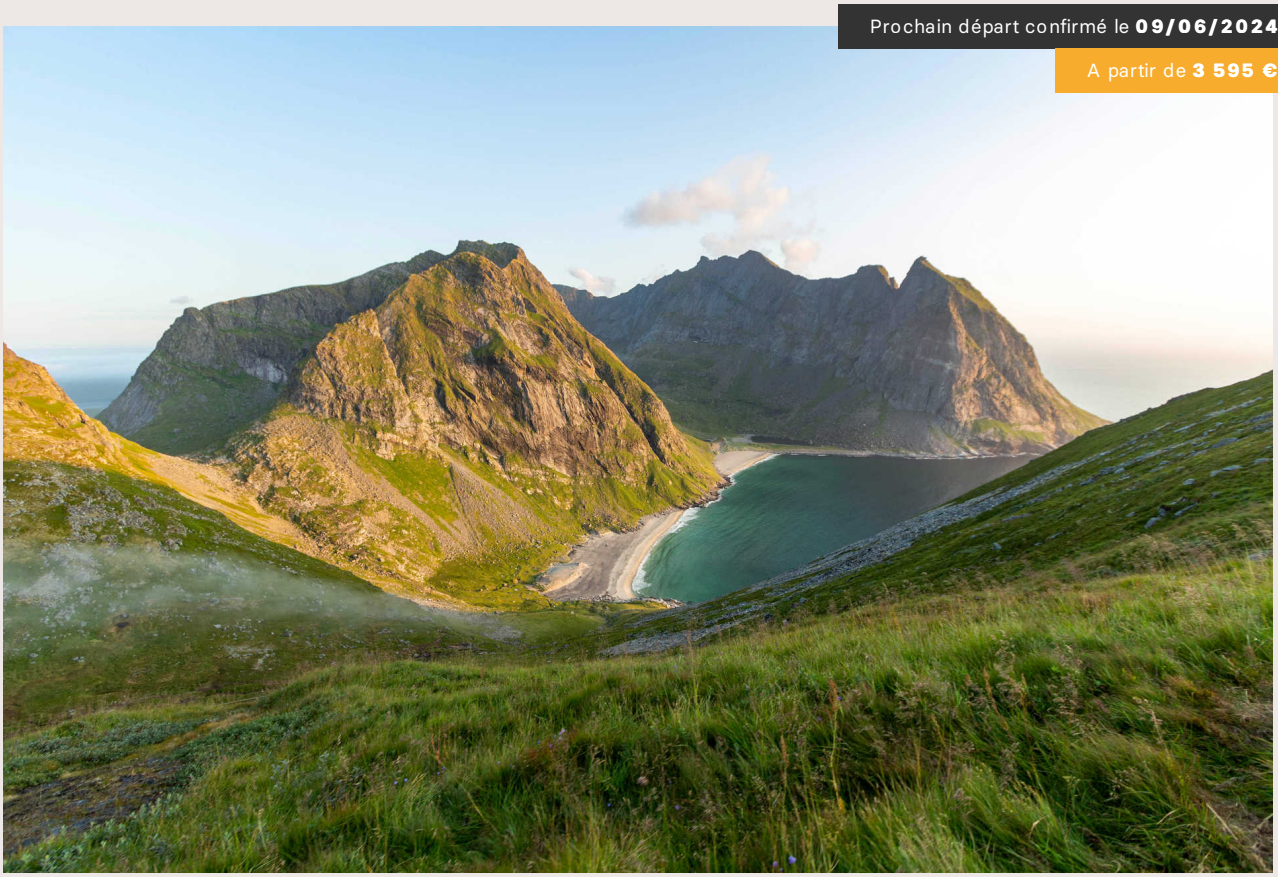
Code voyage : **ENOL**

DÉCOUVERTE

OBSERVATION ANIMALE

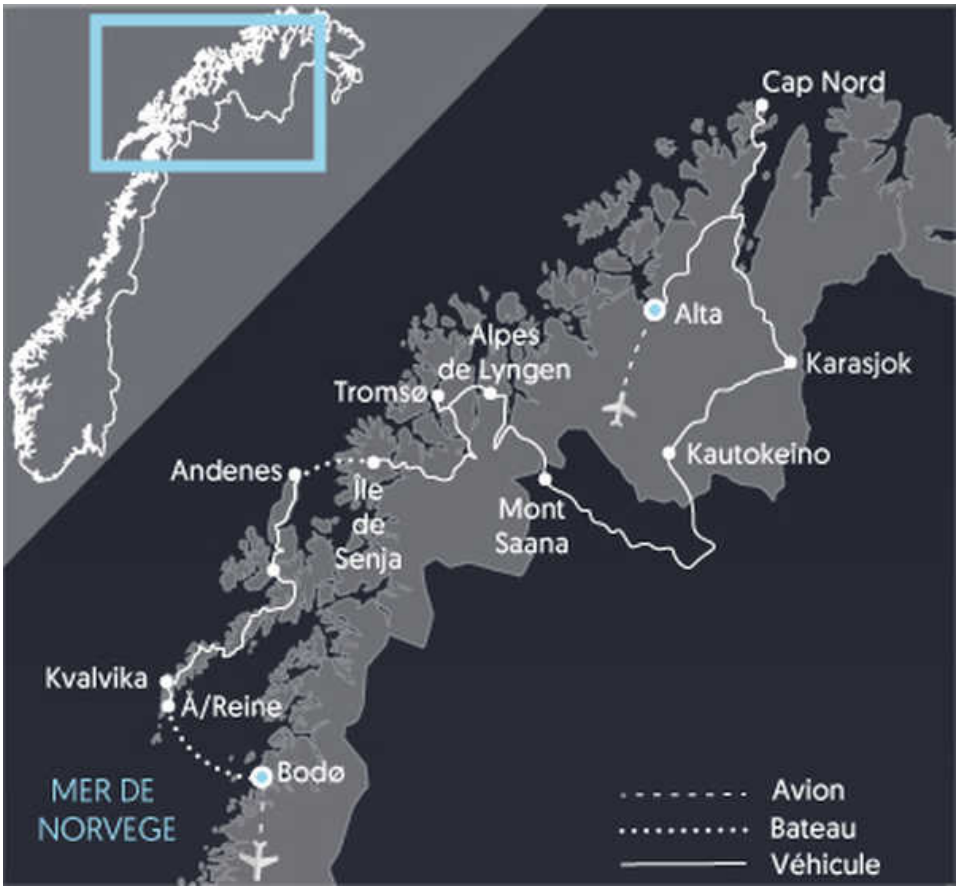
Prochain départ confirmé le **09/06/2024**

A partir de **3 595 €**



Voyage en petit groupe Niveau : **2/5** **15 jours** **Vol inclus**

Ce voyage, dédié aux amoureux des grands espaces, se déroule entièrement au nord du cercle polaire. De la Laponie aux Lofoten, éclairées par le soleil de minuit, nous foulons les terres les plus septentrionales de la Scandinavie.
Notre pérégrination commence par une traversée des Alpes suédoises avec une étape sur les traces du célèbre trek de la piste du roi (Kungsleden). Nous remontons ensuite vers la Finlande à la découverte des célèbres tunturis, ces collines classées parcs nationaux qui permettent de dominer l'immensité de la taïga sauvage. Puis cap au Nord de la Finlande au cœur de l'immense territoire boréal, vers le lac Inari, peuplé depuis des milliers d'années par les lapons, éleveurs de rennes. Quittant les paysages de toundra et de forêt de la Laponie centrale, nous poursuivons l'exploration jusqu'au Cap Nord, le point le plus septentrional du continent européen. C'est en longeant la côte du nord de la Norvège que nous descendons vers le plus grand canyon d'Europe, puis vers les Alpes de Lyngen avant d'atteindre Tromsø, la "Paris du Nord". Notre périple s'achève dans le décor grandiose des archipels du Nord de la Norvège : l'île de Senja, véritable concentré de Norvège, suivi des archipels Vesteralen puis des Lofoten, où se blottissent de magnifiques villages de pêcheurs colorés encaissés dans les fjords.



POINTS FORTS

- La découverte en profondeur de la laponie continentale à cheval entre Norvège et Finlande
- La traversée des archipels du Nord
- Les sorties baleines et oiseaux
- La découverte de la ville de Tromso, la "Paris du nord" et ses nombreux attraits

Jour par jour

JOUR 1

ALTA

Arrivée à l'aéroport d'Alta, porte d'entrée pour la Laponie située sur la côte norvégienne. Installation pour la nuit en ville. Dîner libre en ville.

DÉTAIL

Hébergement : Hôtel
Petit-déjeuner : libre
Déjeuner : libre
Dîner : libre

JOUR 2

CÔTE DU FINNMARK VERS LE CAP NORD

Ce matin, visite optionnelle d'un site inscrit au patrimoine de l'humanité par l'UNESCO. Il rassemble, à Alta, le plus grand ensemble de peintures rupestres d'Europe du Nord. La visite se compose d'un parcours ludique de rocher en rocher d'environ 1h30 et d'un espace muséographique . Transfert dans l'après-midi à travers les superbes paysages côtiers du Finnmark jusqu'à l'ile du Cap Nord où vous vous installez pour les deux prochaines nuits dans votre confortable hébergement. Selon votre heure d'arrivée, vous avez la possibilité de partir en safari d'observation d'oiseaux sur le bateau de notre hôte Olaf (en option). En effet, une île au large de Gjesvær abrite d'immenses colonies de macareux, aigles de mer et autres oiseaux marins.

DÉTAIL

Transport : 240 km
Marche : 2h
Dénivelé positif : 270 m
Dénivelé négatif : 270 m
Hébergement : Chalet

JOUR 3

ILE DU CAP NORD

Aujourd'hui ne sera pas un jour comme un autre. Vous marchez jusqu'au Cap Nord, le véritable, celui qui ne s'atteint uniquement qu'à pied, au terme d'une magnifique randonnée qui vous emmène à travers les paysages rocailleux du Grand Nord jusqu'à l'océan glacial arctique dans la baie de Knivskjellodden.

DÉTAIL

Transport : 50 km
Marche : 7h
Dénivelé positif : 500 m
Dénivelé négatif : 500 m
Hébergement : Chalet

JOUR 4

TRAVERSÉE DU PAYS LAPON - KARASJOK

Route vers le sud en direction de la région de Finnmarksvidda le long du plus long fjord du nord de la Norvège, Pörsangerfjord. Vous quittez la toundra pour pénétrer dans la taïga boréale de la Laponie continentale. Vous rencontrez de nombreux rennes et passez l'après-midi à Karasjok où siège le parlement lapon, pour découvrir les sâmes, éleveurs nomades de Laponie.

DÉTAIL

Transport : 270 km
Hébergement : Chalet

JOUR 5

KAUTOKEINO CULTURE ET ARTISANAT SAMI

Votre parcours vous amène à Kautokeino, centre historique des Sâmes comptant 100 000 rennes pour 3000 habitants. Vous progressez sur la route des aurores boréales pour entrer en territoire finlandais au niveau des "Tunturi", les montagnes arrondies du Nord de la Finlande. Vous profitez de la journée pour découvrir l'artisanat sami. Dans l'après-midi, vous vous installez dans notre chalet en bois en bord de rivière et ceux qui le souhaitent pourront visiter un authentique chenil de chiens de traîneau (en option).

DÉTAIL

Transport : 250 km
Hébergement : Chalet

JOUR 6

LE MONT SAANA

Au départ de Kilpsijärvi, vous gravissez aujourd'hui l'un des sommets les plus emblématiques du pays, le mont Sanaa (1029 m) qui domine cette région montagneuse, point de rencontre entre la Finlande, la Suède et la Norvège. Ce lieu sauvage a longtemps été considéré comme sacré par les Samis et demeure, aujourd'hui encore, un lieu de pâture pour les rennes de ces éleveurs nomades du Grand Nord.

DÉTAIL

Marche : 4h
Dénivelé positif : 520 m
Dénivelé négatif : 520 m
Hébergement : Chalet

JOUR 7

ALPES DE LYNGEN ET GLACIER DE STEINDAL

Court transfert vers les côtes norvégiennes jusqu'aux Alpes de Lyngen et leur subtil décor mêlant paysages de haute montagne et fjords effilés. Vous irez randonner dans la superbe vallée de Elevenes entre rivière et cascade jusqu'au glacier de Steindalbreen qui domine le fjord.
Transfert en fin d'après midi vers Tromsø où vous vous installerez pour les deux prochaines nuits. Repas du soir libre en ville.

DÉTAIL

Transport : 170 km
Marche : 5h
Dénivelé positif : 560 m
Dénivelé négatif : 560 m
Hébergement : Hôtel
Dîner : libre

JOUR 8

TROMSØ

Située à plus de 69°Nord, Tromsø la "Paris du Nord" ; ou encore la "Porte de l'Arctique" ; est une des villes les plus septentrionales du monde, nichée au sein de montagnes et de forêts, entourée de fjords et de glaciers. Son climat rude cache un cœur de ville dynamique, chaleureux et convivial.
Elle recèle de superbes sites : le musée polaire retraçant l'histoire des trappeurs, le funiculaire de Fjellheisen offrant une vue incomparable sur la ville et les massifs environnants, une magnifique cathédrale où ont lieu des concerts quotidiennement, sa propre brasserie, et bien d'autres…
Repas du soir et du midi libre en ville.

DÉTAIL

Hébergement : Hôtel
Déjeuner : libre
Dîner : libre

JOUR 9

ILE DE SENJA

Vous rejoignez aujourd'hui l'île de Senja, située dans le nord de la Norvège, elle est réputée pour sa nature préservée et ses paysages à couper le souffle. Les fjords qui parsèment la côte nord offrent des vues à couper le souffle avec leurs eaux profondes et leurs falaises majestueuses. La région est également parsemée de tourbières au sud, créant un contraste saisissant avec les fjords du nord.

La randonnée sur les hauteurs de Hamn offre une perspective incroyable sur les fjords et les îlots environnants. Les variations de lumière tout au long de la journée, en particulier lors du coucher du soleil, peignent le paysage d'une palette de couleurs envoûtantes, créant des jeux d'ombres et de reflets sur les eaux calmes.

Vous passez une nuit sur l'île de Senja . Entre les montagnes et les fjords, l'ambiance tranquille et préservée de l'île invite à la contemplation et à la relaxation.

DÉTAIL

Transport : 250 km
Marche : 3h
Dénivelé positif : 290 m
Dénivelé négatif : 290 m
Hébergement : Rorbu / sjøhus
Dîner : libre

JOUR 10

ANDENES

Vous prenez ce matin le traversier pour rejoindre Andenes et les îles Vesteralen.

La visite (optionnelle, environ 120 euros) du centre des cétacés et une sortie en mer à la journée avec des scientifiques, elle vous offre la possibilité d'aller observer, avec une très grande chance de succès, les fameuses baleines à bosses, cachalots, baleines pilotes, petits rorquals, orques et dauphins qui peuplent cette partie de la mer de Norvège, pour une journée inoubliable et magique.
Ceux souhaitant rester sur terre se verront proposer une très belle randonnée sur les hauteurs de Bleik. Sa plage de sable nous donne un bel aperçu du caractère sauvage des îles Vesteralen.

*Pour les départs de septembre le safari baleine à Andenes n'est pas possible. Une randonnée sera proposée à la place.

DÉTAIL

Marche : 3h
Dénivelé positif : 360 m
Dénivelé négatif : 360 m
Hébergement : Rorbu / sjøhus

JOUR 11

TRAVERSÉE DES VESTERÅLEN ET ENTRÉE SUR LES ÎLES LOFOTEN

Vous continuez votre traversée des Vesteralen, par route et par mer, en empruntant la route classée du Kaiser, entre fjords et montagnes découpées. Vous ferez escale à Sortland, berceau de l'élevage du saumon norvégien. En option, vous visiterez une ferme aquacole, qui vous permettra de découvrir d'une manière unique la production de saumon en Norvège. En fin de journée, vous entrez définitivement dans les mythiques îles Lofoten et vous vous installez dans votre hébergement pour la nuit, à proximité du chef lieu des Lofoten, Svolvaer.

DÉTAIL

Transport : 210 km
Hébergement : Chalet

JOUR 12

MUSÉE VIKING ET VISITE DE NUSFJORD

Aujourd'hui, possibilité de visiter le musée Viking de Borg (en option) qui reconstitue, à taille réelle, la maison d'un chef viking qui régnait dans les Lofoten jusqu'en 950 de notre ère. À travers une visite guidée, vous y découvrirez le mode de vie de ce peuple légendaire . En après-midi, randonnée sur le bord de la mer de Norvège, le long du chemin côtier qui relie Aukland à Uttakleiv. Deux plages qui pourraient vous faire oublier la latitude où nous nous trouvons et vous inviter à la baignade.
En fin de journée, vous faites escale par le village de Nusfjord pour en découvrir les maisonnettes typiques, logement traditionnel des pêcheurs de la région stratégiquement installés sur le port.
Vous Vous installez ensuite pour deux nuits dans le sud des Lofoten.

DÉTAIL

Transport : 100 km
Marche : 2h
Dénivelé positif : 150 m
Dénivelé négatif : 150 m
Hébergement : Rorbu / sjøhus

JOUR 13

PLAGE DE KVALVIKA

Vous partez pour une randonnée dans la lande sur les hauteurs du petit village de Fredvang . Une régulière ascension vous mène au sommet du Torsfjordtinden d'où vous aurez une vue imprenable sur la célèbre plage de Kvalvika, qui est sans doute la randonnée la plus populaire des îles Lofoten. La géométrie de la plage, la couleur de l'eau et les falaises de granit noir qui l'entourent ne vous laisseront pas indifférent. Si le cœur vous en dit vous pourrez descendre jusqu'à la plage pour sentir le sable fin sous vos pieds et éventuellement profiter d'une baignade revigorante dans l'océan !
Retour au village de Fredvang et dernière nuit en Sjohus.

DÉTAIL

Marche : 3h
Dénivelé positif : 300 m
Dénivelé négatif : 300 m
Hébergement : Rorbu / sjøhus

JOUR 14

VILLAGES DE Å ET DE REINE.

Sur la route du sud des Lofoten se trouve Reine, la Venise des Lofoten. Vous y ferez escale et profiterez de faire quelques clichés du splendide Reinefjord.
Le village de Å se trouve à l'extrémité de la route, vous visiterez son petit musée de la morue (en option, 5 euros). Plus au sud, l'île n'est accessible que par bateau tant le relief est montagneux. Au départ du village, vous quittez le bord de mer pour effectuer une jolie randonnée autour du lac de Å.
Vous finissez la journée par une visite de ce village de pêcheurs typique avant de prendre le ferry qui vous ramène sur le continent.
Repas libre à Bodø.

DÉTAIL

Marche : 3h
Dénivelé positif : 250 m
Dénivelé négatif : 250 m
Hébergement : Auberge
Dîner : libre

JOUR 15

VOL VERS PARIS

En fonction de vos horaires de vol, visite libre de Bodø et retour en France.

Remarque itinéraire :
L'itinéraire, les distances et les temps de marche sont donnés à titre indicatif. Ils peuvent être modifiés en fonction de l'état des routes, des conditions météo et du rythme du groupe. Dans ce cas notre expérience du terrain nous conduira à choisir la meilleure solution.

Les séjours de juin permettent l'observation du soleil de minuit et les séjours de fin août et septembre peuvent permettre l'observation des aurores boréales et des magnifiques couleurs de l'automne qui égayent les paysages du nord de la Scandinavie. Avec un peu de chance, chaque nuit dégagée peut donner lieu au magnifique et extraordinaire spectacle des aurores boréales.

DÉTAIL

Déjeuner : libre
Dîner : libre

À NOTER

Les participants ne souhaitant pas réaliser les activités optionnelles au cours du séjour se verront proposer une randonnée d'une durée à peu près équivalente à la durée de l'activité.

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 Norvège, notre agence locale.

Ce programme peut accueillir des participants qui n'effectuent que la première ou la seconde semaine du séjour. 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.

Ce séjour peut s'effectuer dans le sens Alta-Bodø ou dans le sens Bodø-Alta. Cela ne change en rien le déroulé du voyage et les activités / visites effectuées.

Sens des départs pour 2024 :

Bodø Alta : départs du 26/05; 23/06; 21/07; 18/08.
Alta Bodø : départs du 09/06; 07/07; 04/08; 01/09.

Les départs à partir du 01/09 seront modifiés en raison de la saisonnalité.
Le safari baleine en option ne pourra pas avoir lieu, mais vous pourrez réaliser une sublime randonnée à Senja : le Husfjellet. De plus, la visite de la ferme aux saumons n'est pas possible non plus en septembre. Elle sera également remplacée par une randonnée.

Les départs de septembre offrent de grandes chances d'observer les aurores boréales en soirée, et les magnifiques couleurs automnales.

Dates & prix

LES PROCHAINS DÉPARTS

(informations au 08/05/2024)

Nombre de participants : de 5 à 15

DU	AU	PRIX TTC / PERS.	DÉPART CONFIRMÉ ?
DIM. 09/06/24	DIM. 23/06/24	**3 795 €**	DÉPART CONFIRMÉ
DIM. 23/06/24	DIM. 07/07/24	**3 695 €**	DÉPART CONFIRMÉ
DIM. 07/07/24	DIM. 21/07/24	**3 995 €**	DÉPART CONFIRMÉ
DIM. 21/07/24	DIM. 04/08/24	**3 895 €**	DÉPART CONFIRMÉ
DIM. 04/08/24	DIM. 18/08/24	**3 740 €**	DÉPART CONFIRMÉ
DIM. 18/08/24	DIM. 01/09/24	**3 595 €**	DÉPART CONFIRMÉ
DIM. 01/09/24	DIM. 15/09/24	**3 595 €**	DÈS 5 INSCRITS

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

Le prix comprend

- Vol Paris / Alta et Bodø / Paris (vols réguliers)
- Les taxes aériennes
- L'hébergement du J1 au J14
- La pension complète sauf à Alta, Tromsø et Bodø
- 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 : safari baleines et oiseaux, visite de l'aquaculture, musée viking et musée de la morue.
- 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 à Alta le J1 (dîner), Tromsø le J7 et J8 (dîner) et Reine ou Bodø le J14 (dîner) ~ 30 à 35 euros / repas
- Les repas et boissons durant les vols internationaux et intérieurs
- Les entrées dans les sites et musées (25 à 100 euros)

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.

Options

Option Safari Baleines à Andenes

Une sortie en mer avec des scientifiques vous offre la possibilité d'observer, avec de grande chance de succès, les fameux cachalots, mais aussi parfois les baleines à bosse, baleines pilotes, petits rorquals, orques et dauphins qui peuplent cette partie de la mer de Norvège, journée inoubliable.

Tarif : 1450 NOK
Durée : entre 2h30 et 3h30
Réservation possible uniquement sur place auprès de votre guide

--

Option Safari oiseaux

Profitez de votre passage à Gjesvaer pour partir en safari d'observation d'oiseaux. En effet, une île au large du Cap Nord (Gjesvaerstappan, 15 km à l'ouest du plateau du Cap Nord) abrite d'immenses colonies de macareux, aigles de mer et autres oiseaux marins.
Reservation possible uniquement sur place auprès de votre accompagnateur.
Prix : 790 Nok / personne.
Durée : environs 1h30

--

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

Ce voyage en Norvège est accessible au plus grand nombre . Randonnées de 1h à 6h de marche avec des dénivelés excédant rarement 400 mètres et entrecoupées de trajets en véhicule.
Pas de difficulté technique. Cependant, la météo norvégienne est parfois capricieuse ; elle peut évoluer rapidement et rendre plus difficile la randonnée.

ENCADREMENT

Huwans est membre du groupe Altaï, réseau d'agences locales nature et aventure implanté dans 30 pays.
Installée dans les Iles Lofoten depuis de nombreuses années, notre agence 66° Nord Norvège 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...

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 hôtel dans les villes (chambres twins).
Sur le reste du parcours, les hébergements sont rares et le plus souvent de petite taille, de plus la belle saison étant courte (environ deux mois), il est difficile de se loger durant l'été. Malgré un effort permanent dans le choix des hébergements, le niveau de confort et d'équipement des gîtes reste variable. Tous les hébergements : chauffage, douches chaudes (parfois payantes), sanitaires et cuisine équipée.
Les Sjøhus ou Rorbuers sont des maisons traditionnelles au confort simple utilisées par les pêcheurs de morue pendant les mois de janvier à avril et utilisés comme abris pour les randonneurs l'été.
Pour le couchage, vous devez impérativement vous munir d'un drap sac et un drap-housse ainsi que d'une taie d'oreiller, car seules les couvertures sont fournies dans les hébergements.

Voici les hébergements (ou équivalent) que nous utilisons généralement sur nos voyages :
- Comfort Hotel Xpress Tromsø à Tromso : Grønnegata 35, 9008 Tromsø, Norvège
- Reinefjord Sjøhus: 8390 Reine, Norvège https://www.reinefjord.no
- Lofoten Rorbu à Nusfjord
- Tundrea Lapland, Käsivarrentie 14188, 99490 Kilpisjärvi, Finlande : https://tundrea.com/
- Bird Safari, Nygårdsvegen 38, 9765 Gjesvær, Norvège : https://birdsafari.no/
- Canyon Hotell, Markedsgata 6, 9510 Alta, Norvège : https://www.canyonhotell.no/

DÉPLACEMENT

Pédestre, taxi, minibus, ferry.

Attention : en fonction des horaires des 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.

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

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.
- Une paire de chaussures plus légère à utiliser après ou avant la randonnée
- Des paires de chaussettes pour la randonnée.
- Une veste de montagne imperméable et respirante (type Goretex ou autre membrane équivalente)
- Une veste en duvet "Doudoune" (facultatif, mais bien utile pour rester au chaud le temps du repas de midi)
- Une veste en polaire . Cette dernière a l'avantage d'être résistante, chaude, légère ; elle sèche rapidement et offre un contact doux.
- Des sous-vêtements hauts et bas. C'est la première isolation que vous aurez, soignez-la. Des fibres techniques fines ou de la laine, comme la "Carline" ou la "Polartec" sont très efficaces, chaudes, souples, confortables et légères.
- Un pantalon de trek
- Un "sur pantalon" de trek imperméable ou une cape de pluie
- Un maillot de bain
- Une paire de gants
- Un bonnet
- Une casquette
- Des vêtements pour dormir
- Des vêtements pour le soir et pour les passages en ville

EQUIPEMENT À PRÉVOIR

- Un drap sac (à utiliser pour des raisons d'hygiène)
- Un drap housse et une taie d'oreiller, car les couvertures sont fournies dans tous les hébergements
- Des lunettes de soleil haute protection
- Une trousse de pharmacie personnelle
- Une serviette de toilette
- Anti moustiques (on peut retrouver des moustiques à l'intérieur des terres en bord de lacs)
- De la crème de protection solaire (visage et lèvres)
- Une gourde ou un thermos
- Des sacs plastiques pour l'étanchéité de vos affaires
- Un "Tupperware" et des couverts

En option :
- Des bâtons de marche (très utile)
- Des guêtres si vous n'avez pas de "sur pantalon"
- Un bloc-notes
- Un appareil photo
- Un masque de nuit (le jour permanent peut perturber le sommeil).
- Des boules quies

BAGAGES

L'ensemble de vos bagages doit être réparti dans 2 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 équipé d'un "sur sac" pour la pluie (contenance environ 40L) pour vos affaires de la journée : polaire, 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