

FICHE TECHNIQUE-PROGRAMME

SOLEIL DE MINUIT AUX LOFOTEN, NORVEGE, 8 JOURS,

Résumé :

Situé au nord du cercle polaire arctique, l'archipel des Lofoten offre des paysages surprenants sublimés par l'éclatante luminosité arctique. Le bleu de l'eau se compare alors à celui du ciel, et le rouge des cabanes de pêcheurs fait concurrence au vert soutenu des prairies. La nature est sauvage, les fjords omniprésents et les montagnes majestueuses. Un voyage idéal pour une première approche des îles Lofoten.



Le programme jour après jour :

Jour 1 = Arrivée aux Lofoten.

Rendez-vous à l'Aéroport de Paris Charles de Gaulle pour un vol vers Bodo. Vol avec escale : Paris, Oslo, Bodo. Compagnie : SAS. Horaires du vol précisés à l'inscription.

Vous retrouvez votre guide à l'aéroport de Bodo, puis embarquez sur le bateau pour les Lofoten. Après une belle traversée sur le Vestfjord, arrivée aux îles Lofoten et transfert en minibus jusqu'à Sorvogen où nous nous installons dans d'authentiques rorbus pour les six prochaines nuits.

Vols Paris/ Oslo / Bodo : plan de vol fournit lors de l'inscription. Compagnie SAS.

Transferts : de l'aéroport au ferry, en taxi (5 minutes) du ferry à notre hébergement en minibus (10 minutes).

Traversée du fjord en bateau : 3 heures.

Installation en cabines pour la nuit (chambres mixtes de 4 à 6 personnes) à Sorvagen.

Jour 2 = RANDONNEE DE MUSTOLTINDEN

Après un court transfert nous partons pour une randonnée vers la baie sauvage de Stokkvik. Retour par les crêtes au-dessus de la magnifique plage de Sandbotnen où nichent de nombreux oiseaux de mer.

5 à 6 heures de marche, +/- 550 m de dénivelée.

Transfert : minibus : 40 min

Hébergement : cabines à Sorvagen.

Jour 3 = Randonnée de Agvatnet.

Cette journée est réservée à une belle randonnée autour du lac de Agvatnet. Le village de A se trouve à l'extrémité sud de la route qui traverse l'archipel. Au départ de notre hébergement, nous effectuons une randonnée aux abords d'un grand lac entouré de sommets escarpés. Possibilité pour les plus courageux de gravir un col à partir duquel, quand le temps est dégagé, nous avons un magnifique point de vue sur le lac et le Vestfjord. Cette randonnée, malgré un faible dénivelé est assez technique à cause de la nature du terrain (sentier glissant et parfois escarpé) . La montée au col (optionnelle) est difficile et par endroits, vertigineuse.

4 à 5 heures de marche, dénivelé +/-300m.

Hébergement : cabines à Sorvagen.

Jour 4 = Randonnée de Kvalvika.

En fin de matinée, après un court transfert, nous partons pour la plage de la baleine (Kvalvika). Cet endroit impressionne tant par son isolement que par les falaises de granit noir qui l'entourent. Il fut peuplé jusqu'au 19^{ème} siècle par une famille de pêcheurs. De cette époque, il ne reste aujourd'hui que quelques ruines éparses dans la lande. Retour par un col puis le long de jolis petits lacs.

5 à 6 heures de marche, +/- 550 m de dénivelée.

Transfert : minibus : 2 x 40 min

Hébergement : cabines à Sorvagen.

Jour 5 = Randonnée de Nesland à Nusfjord.

Après un court transfert jusqu'au hameau de Nesland, nous partons sur un beau sentier côtier qui nous amène de criques en criques, jusqu'au hameau de Nusfjord. Ce village est classé au patrimoine mondial de l'UNESCO et bien qu'un peu touristique il a su conserver son cachet.

4h de marche, dénivelé +/- 300 m.

Transfert : minibus, 90 min

Hébergement : cabines à Sorvagen.

Jour 6 = Randonnée de Munkan.

Randonnée jusqu'au sommet de Munkan, au pied du plus haut sommet de l'île (Hermannstalstinden – 1029m). Une très belle randonnée dans un terrain de haute montagne. Nombreux lacs et cascades, sentier aérien par endroits. Possibilité pour ceux qui le souhaitent de s'arrêter au niveau du refuge avant la dernière ascension. Retour par les crêtes avec une vue magnifique sur la pointe sud de l'île, partie la plus montagneuse et impénétrable des Lofoten.

7h00 de marche, dénivelé +1100m/-1100m

Hébergement : cabines à Sorvagen.

Jour 7 = Matinée à Sorvagen et retour vers le continent.

Matinée à Sorvagen et départ dans la journée vers Bodo. Dans la journée, retour en ferry vers Bodo. Nuit à Bodo dans un hôtel du centre-ville et soirée libre.

Transfert : minibus, 10min.

Ferry : 3h30.

Taxi : 10 min.

Hébergement : Hôtel 3* à Bodo

Repas compris : matin et midi

6h de marche, dénivelé 480 m, 9 km.

Jour 8 = Retour en France.

Transfert vers l'aéroport (10 min) et vol retour vers la France (Paris Charles de Gaulle).
L'horaire des vols vous sera communiqué à l'inscription.



Formalités et informations importantes :

Important itinéraire :

En fonction de la disponibilité des hébergements à la date de confirmation du voyage, certaines journées et randonnées pourront être inversées, afin d'améliorer l'organisation.

Passeport et Visa :

Pas de passeport ni de visa nécessaire pour les ressortissants français. Seule une Carte Nationale d'Identité en cours de validité est nécessaire pour se rendre en Norvège. (Pensez à vérifier la date avant d'arriver à l'aéroport !!).

Monnaie : 1 NOK (couronne norvégienne) = environ 0,13 €

Vous pouvez régler vos achats par carte bancaire internationale, ou en couronne norvégienne. Possibilité de retrait de cash à l'aéroport d'OSLO ou TROMSO. Pas de retrait possible sur les îles.

Climat :

Grâce au courant du Gulf Stream, la côte jouit d'un climat plutôt doux pour cette latitude. Les Alpes de Lyngen connaissent une période de nuit permanente de fin novembre à fin janvier et une période de jour permanent de mai à fin juillet. Ceci étant, à de telles latitudes, le vent et la pluie peuvent être violents, ce qui rend obligatoire la présence dans votre sac à dos de vêtements chauds et imperméables.

Caractéristiques des itinéraires :

La plupart des randonnées se déroulent « hors-chemins », ce qui fait que malgré des dénivelées quotidiennes paraissant faibles, la difficulté des étapes n'est pas à négliger. Il est préférable d'effectuer ce séjour avec un minimum de pratique de la marche. Cependant, s'agissant d'un itinéraire « en étoile », il est possible en cas de fatigue passagère de bénéficier d'un jour de repos et /ou de visite des villages de pêcheurs.

Hébergements :

Ceux-ci s'effectuent en gîtes ou rorbus (cabanes de pêcheurs sur pilotis), pour la première et la dernière nuit du séjour. Les hébergements disposent des éléments suivants : chauffages, douches chaudes, sanitaires et coin cuisine.

Les chambres de 4 à 6 couchages disposent le plus souvent de lits superposés. Le confort, souvent rustique et comparable à nos refuges de montagne est compensé par la beauté des sites dans lesquels nous nous trouvons.

Les voyageurs participent aux tâches quotidiennes : préparation des repas, vaisselle, etc...

Nourriture :

Les repas sont préparés en commun (petit déjeuner et diner), dans nos hébergements. Par 70° de latitude nord, le choix des produits alimentaires et en particulier des fruits et légumes est assez limité. Nous nous efforçons cependant d'introduire un fruit et légume par repas. Le poisson est le seul produit frais disponible sur place. Nous vous proposons des produits locaux (saumon, cabillaud, renne...). En journée, le repas est pris sur le terrain (pique-nique). Les vins et alcools sont difficilement accessibles (sauf bières en supermarchés) et à des prix élevés (bière = 65 nok au bar). Bon plan : vous pouvez acheter des alcools pour l'apéritif au duty free à l'aéroport.

Encadrement :

Accompagnateur en Montagne, spécialisé dans l'encadrement de séjours en Norvège.

Transfert et transport des bagages :

Minibus 9 à 16 places pour les transferts.
Les traversées du fjord se font en ferries.

Transports aériens :

Utilisation des vols réguliers de la compagnie SAS.
Possibilité de rendez-vous directement à Bodo. Contactez-nous pour connaître le tarif du séjour sans la prestation aérienne.

Tarif :

1712 € par personne, pension complète 8 jours / 7 nuits au départ de Paris. Tarif susceptible de modifications selon les fluctuations des prestations aériennes, à confirmer lors de l'inscription.

Le prix comprend :

Le vol Paris Bodo, les transferts, le transport des bagages, l'encadrement, l'hébergement en pension complète (sauf les boissons et les repas des jours 1 et jours 8, le diner du jour 7).

Le prix ne comprend pas :

Les repas du jour 1 et du jour 8, le diner du jour 7. Les pourboires et les boissons. Les visites éventuelles de musées. Les souvenirs.
L'assurance annulation – interruption de séjour.

Vos dépenses :

Pour les repas non compris, compter environ 20 € par personne et par repas dans un restaurant, ou 10 € par personne si vous achetez votre nourriture au supermarché.
Sortie pêche en mer : à négocier sur place avec l'accompagnateur.

En option :

Nous pouvons organiser votre voyage au départ de Genève ou Lyon pour les résidents Rhône Alpes.

Quelques activités sont possibles après nos journées de randonnées, à organiser sur place : pêche en mer, visite de musées, restaurant ...

Privatisation du séjour possible pour groupes, familles, etc., dès 4 personnes ou à d'autres dates : sur devis.

Vos bagages :

1-Le sac à dos : 35 l minimum, pour transporter vos affaires de la journée. Il servira également de bagage à main lors des transports aériens.

2-Le sac de voyage (type duffle bag, pas de valise rigide) : Il doit contenir le reste de vos affaires. Vous le retrouverez chaque soir. Il sera en soute lors des transports aériens (22 kg maxi).

Vêtements :

- 1 chapeau ou casquette
- 1 bonnet ou bandeau
- 1 paire de gants
- T shirts pour la randonnée (1 pour 2 ou 3 jours de marche) : éviter le coton.
- 1 sous pull
- 1 veste polaire
- 1 veste en duvet type « doudoune »
- 1 short
- 1 pantalon de randonnée
- 1 pantalon confortable pour le soir
- 1 veste imperméable gore tex
- 1 cape de pluie
- 1 sur-pantalon gore tex
- 1 maillot de bain
- des sous-vêtements
- chaussettes de marche
- 1 paire de chaussures détente pour le soir

Equipement :

- 1 paire de chaussures de randonnée étanche et à tige haute.
- 1 paire de lunettes de soleil
- 1 paire de bâtons télescopiques (facultatifs)
- 1 gourde
- 1 couteau de poche (doit voyager en soute)
- 1 pochette étanche pour ranger argent et papiers (zip congélation)
- nécessaire de toilette
- papier toilette, mouchoirs
- crème solaire, stick à lèvres
- couchage : 1 sac à viande
- une canne à pêche (facultatif)

Pharmacie :

- vos médicaments habituels
- jeux de pansements + double peau en cas d'ampoules
- une pharmacie collective sera amenée par l'encadrement.