



- Durée totale : 10 jours
- Durée des activités : 9 jours
- Niveau : confirmé*
- Nombre de participants : de 4 à 7



- L'itinéraire exclusif préparé par Natur'All avec
- Encadrement professionnel
- Cabine double avec salle d'eau et wc privatif

Embarquez pour un séjour inoubliable !



- A bord d'un catamaran tout confort, vous découvrirez les fjords enneigés de Senja. Située au nord de la Norvège, cette île se trouve au delà du Cercle Polaire Arctique, plus précisément sur le 69ème parallèle, au sud-ouest de Tromso.

Durant votre séjour, vous pratiquerez le ski de randonnée pour contempler de nouveaux paysages tous les jours. Des larges fjords enneigés aux plus étroits, jusqu'au plus abruptes, la nature vous dévoilera toute sa splendeur.

DÉROULEMENT DES JOURNÉES

J1

Arrivée à l'aéroport de Tromso puis transfert en centre ville pour rejoindre l'hôtel et prendre possession des chambres. Ensuite, l'équipe d'encadrants et l'équipage vous seront présentés. Ce sera aussi l'occasion d'un briefing sur le séjour. Repas du soir en ville.

J2

Après un petit déjeuner à l'hôtel, nous ferons un point sur le matériel et l'équipement pour le séjour, puis il sera déjà l'heure de déjeuner. Nous embarquerons sur le catamaran pour rejoindre le nord de l'île Senja.

Ce premier voyage sillonnera le fjord de Straumsfjorden pour nous emmener au plus près de l'île où nous aurons peut-être la chance d'apercevoir les premières aurores boréales.

J3

Nous chausserons les skis en direction du premier spot. Cette 1ère journée aura pour but de s'initier à la neige arctique et aux conditions de terrain en prenant un peu de hauteur. La randonnée sera de niveau peu difficile. Nous amorçons la descente après la pause déjeuner pour retourner vers le bateau pour une collation bien méritée et faire un retour sur les premières sensations.

J4

Pour cette seconde journée de ski, le voilier mouillera dans le fjord de Stonesbotn. De là une belle traversée par les hauteurs nous dévoilera une vue splendide sur la côte pour rejoindre le Nord Ouest de l'île. La descente permettra de regagner directement une plage de sable fin où le catamaran nous attendra!

DÉROULEMENT DES JOURNÉES (SUITE)

J5

Pour cette nouvelle journée, une navigation matinale de quelques heures nous permettra peut-être de voir les baleines à bosses ou les orques. Nous passerons également au plus près de ces montagnes impressionnantes car très verticales. Nous rejoindrons ainsi le Mefjorden. De là un itinéraire ski de difficulté moyenne sera proposé. Il passera par différents cols pour éventuellement atteindre un sommet si les conditions le permettent.

J6

Changement de cap pour rejoindre Oyforden et trouver un spot de ski avec ces multiples combes qu'offre l'île Senja. Après nous passerons une nuit dans le port de pêche d'Husoy. Nous visiterons ce village de pêcheurs chargé d'histoires. Ce sera l'occasion d'acheter un cabillaud fraîchement pêché par les locaux et le déguster comme repas, si toutefois nous n'arrivons pas à en pêcher un!

J7

Depuis Husoy ou ses alentours toujours les skis aux pieds nous chercherons le meilleur itinéraire pour ainsi changer de versant ou de fjord. Puis nous commencerons la descente pour retrouver le bateau qui nous attendra dans une baie paradisiaque. Suivant les conditions, il y aura la possibilité de prolonger l'itinéraire de ski pour le plaisir de chacun. Le soir venu ce sera l'endroit idéal pour un barbecue et scruter le ciel pour apercevoir quelques aurores boréales.

J8

Avant de revenir sur Tromsø, nous chausserons une dernière fois les skis pour attraper un sommet sur notre passage, contempler les fjords majestueux de l'île Senja et revenir sur vos impressions. Ce sera également l'occasion de plonger et nager au delà du cercle polaire arctique dans une eau ne dépassant pas les 8°, magique et vivifiant à la fois !

DÉROULEMENT DES JOURNÉES (SUITE)

J9

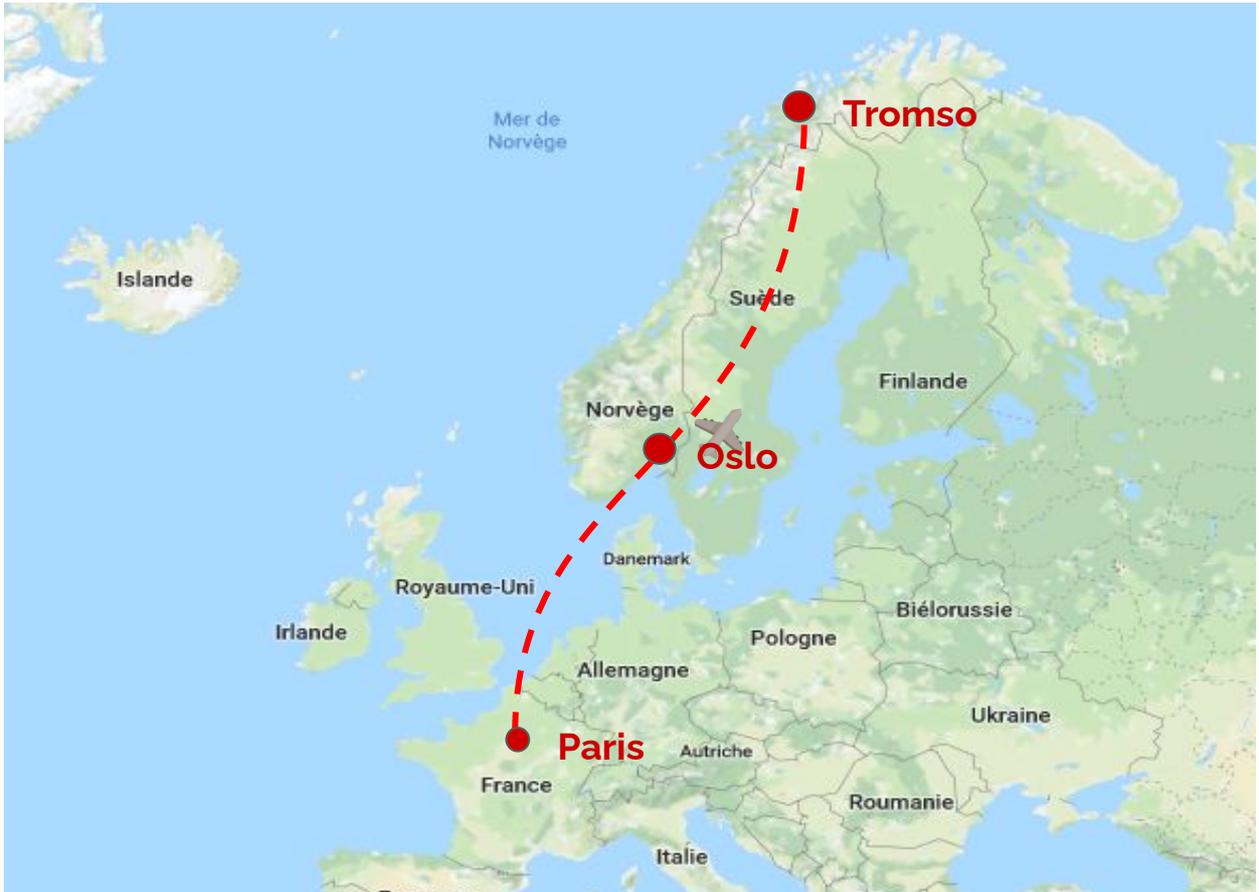
Au port de Tromsø il sera temps de reconditionner le matériel dans cette ville charmante, considérée comme la capitale de l'Arctique et départ de multiples expéditions. Après le déchargement des bagages et du matériel nous regagnerons notre hôtel du début de séjour. Une visite de la ville vous permettra de découvrir le musée des expéditions polaires ou encore l'aquarium polaire Polaria. Nous profiterons de cette dernière soirée pour dîner tous ensemble dans un restaurant de la ville et clôturer ce séjour ski/voile.

J10

Suivant l'heure de votre départ il vous sera possible d'acheter des souvenirs et/ou profiter des installations de l'hôtel pour vous détendre. Pour information, tout achat dans un magasin ayant la mention "taxfree" vous permet de récupérer cette taxe à l'aéroport. Pour finir, le transfert vers l'aéroport sera organisé pour vous permettre de prendre votre vol à temps.

Les itinéraires élaborés sont la propriété de Natur'all. Ils sont susceptibles de changer à tout moment en fonction de différents facteurs (humains, terrains et météorologiques). L'équipe d'encadrants sera en mesure de trouver des circuits alternatifs.

CARTES SIMPLIFIÉES



DATES DES SÉJOURS



du **18** au **27 mars 2022**
du **25 mars** au **3 avril 2022**

PRIX PAR PARTICIPANT



3390,00 Euros*

INCLUS :

Les transferts depuis et vers l'aéroport de Tromsø
7 nuitées en voilier spacieux et tout confort
2 nuitées dans un agréable hôtel le premier et le dernier jour
Les repas équilibrés et de qualités
Les collations
L'encadrement par des professionnels
L'adhésion à l'association Natur'All

*à partir de.

NON INCLUS :

Le billet d'avion A/R pour Tromsø*
L'assurance pour les activités de plein air*
L'assurance annulation du vol et voyage*
Les barres et boissons énergétiques
Les boissons (sodas et alcool)
Le matériel de ski de randonnée et matériel de sécurité en avalanche
Le dîner du dernier soir à Tromsø
Les frais de dossier (20€)
Les pourboires

*réservation et souscription possible via nos partenaires.

INFOS SUR PLACE

Le nombre de participants

Pour que le groupe soit homogène, nous serons entre 4 et 8 participants, encadrés par guide et skipper professionnels. Les personnes doivent être âgées de plus de 18 ans pour effectuer ce séjour.

Le niveau requis

Ce voyage est accessible à toute personne ayant une bonne condition physique et une expérience confirmée dans la pratique du ski de randonnée ou sachant skier sur toutes neiges. Les randonnées sont de niveau Peu Difficile (PD) d'une distance moyenne de 8km et 600 mètres de dénivelé jusqu'à un niveau Assez Difficile (AD) d'une distance de 15km et 1000 mètres de dénivelé en moyenne. Elles varient de 3 à 5 heures.

Les itinéraires des randonnées s'effectuent uniquement dans des secteurs sécurisant et sont susceptibles de changer en fonction des conditions météorologiques, du terrain, et du niveau du groupe.

Les hébergements

L'hôtel vous accueillera durant le premier et dernier jour de votre séjour. Il offre une collation sucrée l'après midi et un buffet pour le repas du soir.

Les chambres doubles avec lits simples sont spacieuses et confortables et vous donnent accès au wifi, à la salle de sport au sauna et jacuzzi. Son implantation au coeur de la ville vous donnera la possibilité de parcourir Tromsø à pied pour y découvrir le musée des expéditions polaires, l'aquarium ou tout simplement profiter des magasins.

Durant le reste du séjour nous serons à bord d'un catamaran de 11 places de haut standing en chambre double et lit double ou lit simple suivant les cabines avec salle d'eau (douche, lavabo, toilette par cabine). L'itinérance en voilier étant une aventure, il est donc naturel de partager sa cabine ! Si toutefois vous désirez privatiser votre séjour par une chambre et cabine un surcoût de 2490€ vous sera demandé.

Les petits déjeuners et dîners sont pour la plupart pris sur le bateau. Les repas du midi quant à eux sont sous forme de casse croûte élaboré la veille ou le matin même de la randonnée. Il est demandé pour le bon déroulement du séjour que chacun participe aux tâches quotidiennes (préparation des repas / vaisselle / chargement et déchargement).

Les saveurs locales

- Repas

Les petits déjeuners sont copieux et les pique-niques composés de sandwiches, salades, fruits, gâteaux et produits locaux. Les collations d'après-midi sont agrémentés de soupe, thé, biscuits, Wasa et fruits secs.

Les repas du soir sont préparés et pris en commun avec vos encadrants. Les repas sont copieux et de qualité élaborés avec des produits locaux. Possibilité de pêcher le cabillaud pour le cuisiner.

- Boissons

Les sodas, jus et boissons alcoolisées ne sont pas pris en charge. Cependant vous pourrez bénéficier du duty free à votre escale à Oslo mais également dans des magasins dédiés. La vente des boissons alcoolisées est réglementée en Norvège mais n'est pas interdite.

Déplacements

- Le billet d'avion est à votre charge ainsi que les bagages et bagages spéciaux (paire de skis...). Pour venir jusqu'à Tromsø, les compagnies proposent la plupart du temps un voyage avec 1 escale, exemple : Paris/Oslo puis Oslo/Tromsø
Pour faciliter les changements, il sera préférable d'avoir au moins 1h30 de battement entre les correspondances.
- Les transferts depuis et vers l'aéroport de Tromsø se feront soit en taxi ou par navette jusqu'à l'hôtel
- Le bateau sera le moyen de déplacement entre Tromsø et l'île Senja. La navigation sera assurée par un skipper professionnel.

Encadrement

Le ou les guides diplômés seront vos accompagnateurs. Sur le voilier, c'est le skipper professionnel qui prendra le relais lors de la navigation dans les fjords. Les encadrants sont également titulaire du niveau 1 et 2 des premiers secours en équipe et correspondant médical de l'ifremmont. (médecine de montagne et milieux isolés).

Quelques éléments de bon sens

Vous l'aurez compris, partir avec Natur'All c'est un peu plus que de partir en groupe. Le but durant ce voyage est de former une véritable équipe avec des participants qui interagissent entre eux dans la bonne humeur pour créer un esprit unique. L'équipe sur terre comme en mer est garante de la sécurité du groupe. Chaque participant doit faire preuve de bonne volonté, d'entraide et de tolérance pour que le séjour soit inoubliable pour tous.

Monnaie et budget supplémentaire éventuel

Vous aurez un minimum de dépenses sur place, une fois arrivé en Norvège. Néanmoins, vous devrez prévoir un budget pour le repas du dernier soir à Tromsø.

La Norvège ne fait pas partie de l'Union Européenne et donc de la Zone Euro. Elle dispose de sa monnaie, la Couronne Norvégienne ou couramment appelée : Nok

10 Nok équivaut à 1,10€

Les cartes de crédit sont acceptées dans la plupart des commerces.

Il est tout de même recommandé d'échanger un montant équivalent à 1500 Nok.

INVENTAIRE DU MATÉRIEL

Vous aurez besoin d'un sac de voyage souple de préférence de 60l, soit 15 à 20kg. Pour les randonnées à la journée, un sac ne dépassant pas les 30l est recommandé.

Vous pouvez prévoir un petit sac à dos pour vos effets personnels.

LES INDISPENSABLES :

Sur-pantalon Imperméable respirant x 1

Pantalon de randonnée hiver x 1

Caleçon long (type Mérinos) x 2

Guêtres x 1 paire

Chaussettes de randonnée hiver x 2 paires

Doudoune duvet ou veste chaude x 1

Veste imperméable respirant x 1

Polaire chaude hiver x 2

T-shirt technique manches longues type carline (mérinos) x 2

T-shirt technique manches courtes x 1

Paire de Gants x 2

Bonnet ou sous casque x 2

Tour de cou (Buff) x 2

Duvet chaud (T° confort 0°C minimum) x 1

Drap de sac (pour augmenter la Zone confort du duvet) x1

Arva / Pelle / Sonde (kit)

Couverture de survie individuelle obligatoire x 1

Liste numéros d'urgence



LES INDISPENSABLES SUITE :

Chaussures de ski de randonnée 1 paire
Chaussures de randonnée 1 paire et ou,
Chaussures de randonnée cramponnables 1 paire
Sur-chaussures imperméable 1 paire
Skis de randonnée 1 paire
Bâtons de randonnée 1 paire
Peaux de phoques ou peluches anti recul 1 paire
Couteaux (ski) 1 paire
Lampe frontale + piles x 1
Lunettes de soleil x 1
Masque de ski x 1
Crème de protection solaire
Stick lèvres
Thermos x 1
Bouteille d'eau x 1



HYGIÈNE ET PHARMACIE :

1 nécessaire de toilette minimum avec produits biodégradables
Papier de toilette biodégradable
1 crème solaire haute protection
1 rouleau d'elastoplast et des pansements "double peau"
Vos médicaments personnels
1 couverture de survie
Boules Quies (pour ne pas entendre les ronfleurs)
Du fil et une aiguille
Une serviette micropore
*les serviettes de toilette sont fournies sur le bateau et à l'hôtel



FORMALITÉS ET SANTÉ

Documents d'identité

Il vous faudra votre passeport ou carte d'identité en cours de validité pendant votre voyage sur le territoire norvégien.

Si vous transiter par le Royaume-Uni il vous faudra impérativement le Passeport.

Pour les nationalités hors Union Européenne, il vous faudra vous rapprocher de votre ambassade ou consulat.

ATTENTION : Si votre CNI a été émise pour une personne majeure entre le 2 janvier 2004 et le 31 décembre 2013, sa validité passe de 10 à 15 ans depuis le 1er janvier 2014 **mais uniquement en France.**

Il vous faudra si c'est le cas, vous munir impérativement d'une nouvelle carte nationale d'identité.

Précautions sanitaires

Aucun* vaccin n'est obligatoire en Norvège. Cependant, il est préférable d'être à jour pour les vaccins courants en France tel que :

- tétanos, poliomyélite, hépatite A et B entre autre

*Suivant l'évolution sanitaire du Covid19

EN CAS D'URGENCE

Numéro d'URGENCE du Pays: 113

L'encadrement est assuré par des diplômés en secours en équipe de niveau 1 et 2 et correspondant médical de l'ifremont

Numéros utiles en Norvège :

Pompiers : 110 ou 22 11 44 55

Police : 112 ou 22 66 90 50

UNN University Hospital of North Norway: +47 77 62 60 00

Adresse: Sykehusvegen 38, 90019 Tromsø, Norvège