

FICHE TECHNIQUE DU SÉJOUR :

LUMIÈRES

ARCTIQUES 2025



©Savinien Taillefert Lyngen

Explorer le Grand Nord: Fabuleux et Mémorable. Sillonner les routes et les les Fjörds du Grand Nord pour rechercher l'instant d'une apparition sur l'eau ou dans le ciel.

EN QUELQUES MOTS



- 9 jours / 8 nuits
- Nombre de participants : 8
- Niveau : accessible à tous
- 8 nuits en hébergement confortable et chaleureux
- Repas équilibrés et de grande qualités
- Déplacements en véhicule 9 places
- Guide spécialiste des zones polaires
- Des randonnées et des navigations
- Chasse aux Aurores Boréales
- Excursion Orques et Baleines

PRESENTATION DU SEJOUR

Julien votre Guide à créé ce séjour. L'Aventure commence en lisant ces premières lignes pour vous évader avant de rejoindre Julien. Un voyage à taille humaine guidé par un spécialiste et passionné du milieu polaire. Vadrouiller et spoter les merveilles de l'Arctique ne s'improvise pas du jour au lendemain et Julien est là pour vous les faire découvrir. Par ses différentes expériences, il vous donnera goût à l'aventure dans ces grands espaces du Nord. Rejoignez-le, réservez vos billets d'avion à destination de Tromsø où il s'occupera du reste.

Découvrez dans cette première partie de voyage l'île Senja, surnommée par les Norvégiens le condensé de la Norvège. Elle vous mènera à découvrir les fjords vertigineux, des villages de pêcheurs, des zones agricoles et des points de vues immenses lors de randonnées dans le Parc National d'Anderdalen..

Julien a sélectionné avec soin ce secteur pour la diversité des paysages et des activités. Une fois en randonnée, une autre sur un petit sommet ou encore près du feu à contempler le ciel s'illuminer de vert. Dans la deuxième partie du voyage, il fera un détour par la Finlande, non loin de Kilpisjärvi pour ensuite revenir en Norvège dans les Alpes du Lyngen, massif montagneux apprécié des skieurs de randonnées. Vous profiterez de la proximité des fjords pour monter à bord d'un navire et vous approcher du balai des Baleines et Orques venu chasser le hareng tout droit descendu de l'Arctique. Un spectacle que l'on ne retrouve nul part ailleurs.



© Savinien Taillefert - Kilpisjärvi

POURQUOI FAIRE CE VOYAGE ?

Profitez des grands espaces et rencontrez d'autres passionnés de voyage nature avides de liberté.

Vous partez en petits groupes de 8 personnes maximum et 1 guide au 69° Nord, au-delà du Cercle Polaire Arctique, dépaysement assuré.

Les conditions d'entrée en Norvège ne sont pas difficiles mais le terrain lui n'est pas si simple que vous le pensez et c'est pour cela que votre guide est là pour vous et ainsi vous faire profiter de cette nature incroyable et préservée.

Vos rêves sont ces objectifs et vice-versa, c'est pour cela que votre Guide à soigneusement monté ce séjour pour répondre à vos attentes. Faire ce voyage sera une expérience d'exploration inoubliable.

Des moments de marche et de contemplation seront proposés, ainsi que la recherche des aurores boréales pour dénicher le spot. Des surprises seront dévoilés durant votre séjour mais c'est votre guide qui en détient les clés.

En famille ou entre amis, venez explorer ces anciennes vallées glaciaires pour aller à la rencontre de la faune sauvage, l'Élan, le Glouton, le Lynx et bien d'autres animaux.

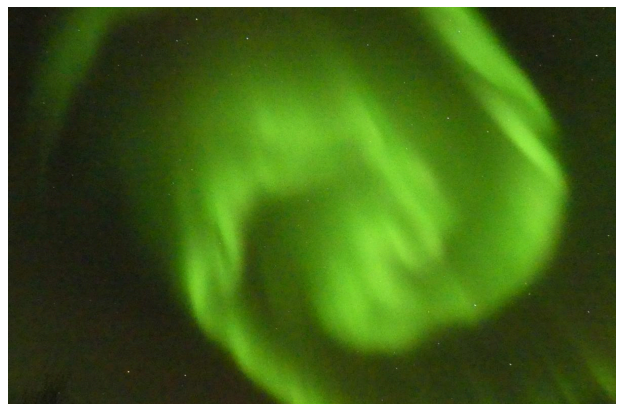
L'AVANT VOYAGE

Pour vivre au mieux cette aventure, voici nos conseils :

- Faire quelques randonnées durant l'été et l'automne que ce soit en campagne, en bord de mer ou en montagne.
- Venir rencontrer Julien sur La Rochelle ou ses abords pour passer un moment en voilier dans les pertuis charentais et déguster quelques spécialités locales.
- Discuter du voyage sur vos habitudes alimentaires ou régimes particuliers.
- Discuter de vos rêves et objectifs personnels. Il sera à votre écoute pour répondre au mieux à vos attentes.

LES +, SI VOUS AVEZ DE LA CHANCE !

- Les Aurores Boréales
- La Baleine à Bosse
- L'Orque
- L'Aigle Marin
- L'Élan
- Le Glouton
- Le Lynx...



©Julien Denimal - Alpes des Lyngen

ACTIVITÉS

Du 07/11 au 15/11/2025

Du 16/11 au 24/11/2025

- Des navigations (2 journées) pour atteindre le cœur des fjords plus beaux les uns que les autres, contempler les nuances de couleurs et chercher les plus grands mammifères marins (baleines et orques) venus chasser le hareng descendu du Haut Arctique.
- Des randonnées dans des parcs nationaux pour admirer ces étendues et les anciennes vallées glaciaires. Des marches dans les premières neiges de l'hiver qui tapissent ce paysage mixant toundra et taïga.
- Des sessions d'interprétation de la faune, de la flore et de l'histoire des lieux seront mises en place. La transmission et la connaissance du terrain aideront à sa préservation.
- L'intéressement de ce paysage modelé par le temps où vivent depuis des milliers d'années un des peuples premier, les Samis.
- Des moments de détente, de contemplation, d'échange et de prise de vue pour figer l'instant... au coin d'un feu par exemple.
- La fameuse chasse! non pas aux baleines mais bien aux Aurores Boréales qui sera notre fil rouge durant tout ce voyage. Des couleurs surprenantes pouvant aller du vert, au rouge, au blanc à du rose et du violet.



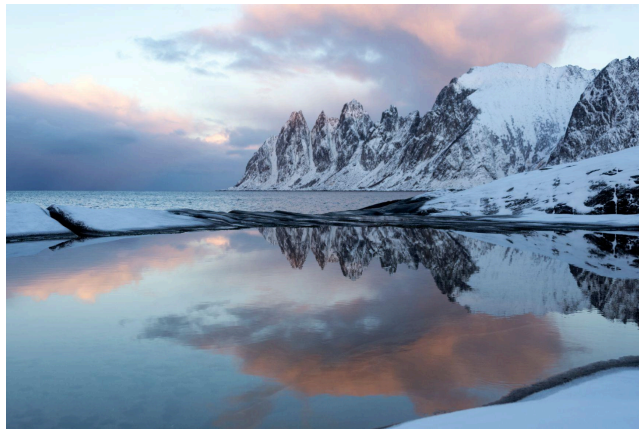
© Julien Denimal - Senia



© Savinien Taillefert- Skiervoy

ACTIVITÉS SUITE

- Un road trip aux allures de bout du monde avec des traversées de fjörds en bac pour changer de rive et continuer la découverte du Grand Nord.
- Un itinéraire au fil des envies et des moments qui s'offrent à nous.
- Une soirée polaire sous Tipi dans la pénombre mystérieuse du territoire Lapon.
- L'expérience courageuse et givrée du bain arctique le plus septentrional que vous n'ayez jamais fait.



© [Julien Denimal - Senja](#)



© [Julien Denimal - Lyngen](#)

ACTIVITÉS SUITE

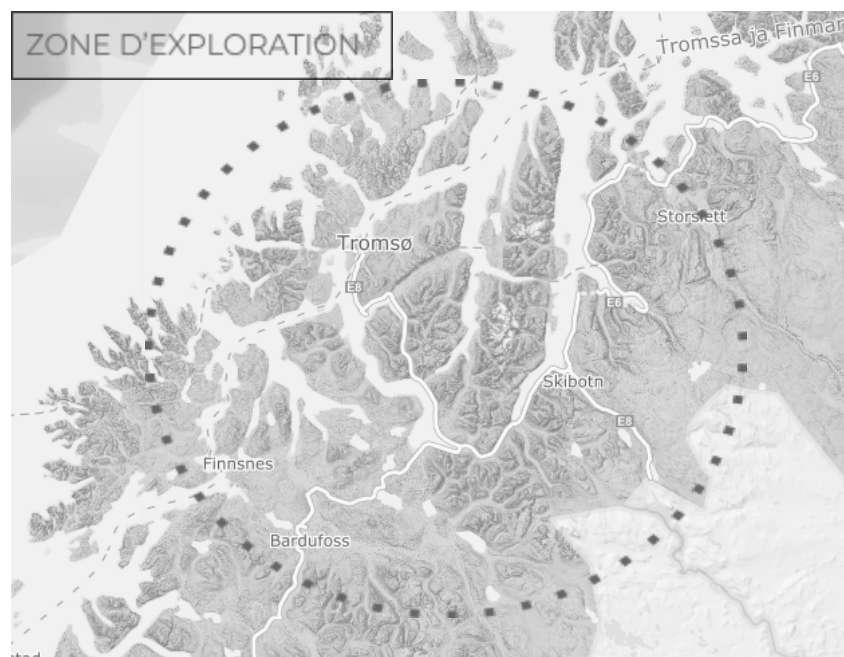
Tous les matins, midi et soirées

- Tous les matins, vous prenez le petit déjeuner avant de partir en excursion pour être dans les meilleures dispositions et ainsi bien démarrer la journée !
- Chaque midi, vous déjeunez en pleine nature avec un panorama des plus plaisant.
- Les soirées commenceront par un apéro pour retracer la journée, viendra ensuite le moment de convivialité du repas pour déguster les spécialités nordiques et conter les histoires du Grand Nord.



© Julien Denimal - Senia

CARTES SIMPLIFIÉES



DATE DU SÉJOUR

- du 07 au 15 Novembre 2025.
- du 16 au 24 Novembre 2025.

PRIX ET PRESTATIONS

2750,00 Euros / pers. Départ assuré à 3 personnes.

INCLUS DANS LE PRIX

- La préparation d'avant séjour.
- L'accueil à l'aéroport de Tromsø
- Les transferts vers les différents logements et lieux d'excursions
- 8 nuitées en guesthouse confortable et cocoon.
- Déplacement en véhicule spacieux et sécurisant
- Tous les repas hormis celui du dernier soir en ville.
- 2 Excursions en bateau pour le safari baleine, orque et son équipement.
- L'Encadrement par un Guide spécialisé
- Les passages en bac.
- Les équipements dans les guesthouses.

NON INCLUS

- Le billet d'avion vers et depuis Tromsø.
- L'équipement vestimentaire et affaires personnelles
- Toutes dépenses personnelles et extra.
- L'assurance et annulation du voyage, l'assurance annulation du vol.
- Les boissons alcoolisées.
- La location de matériel (raquette ou ski nordique)
- Tout ce qui ne figure pas dans la rubrique "inclus"



© Julien Denimal - Parc National de Reisa



© Julien Denimal- Alpes du Lyngen

INFORMATIONS UTILES SUR LE SÉJOUR

NOMBRE DE PARTICIPANTS

Pour que le groupe soit homogène, vous serez entre 5 et 8 participants, encadrés par votre guide. Les participants doivent être âgés d'au moins 12 ans pour effectuer ce séjour.

LE NIVEAU REQUIS

Ce voyage est accessible à toute personne ayant une condition physique suffisante pour la pratique de la randonnée à la journée. Les randonnées sont faciles et les distances à parcourir sont comprises entre 3 et 10 km, avec peu de dénivelé. Concernant la durée, elles varient de 2 à 4 heures. Les itinéraires s'effectuent dans des secteurs sécurisés. Les étapes sont susceptibles de changer en fonction des conditions météorologiques et de terrain. C'est la plus-value de ce voyage : votre guide s'adapte à vos besoins et à votre niveau. En fonction de l'enneigement une ou plusieurs sorties raquettes ou en ski nordique sur du plat peuvent être proposées (coût de la location de matériel à votre charge)

QUELQUES ÉLÉMENTS DE BONS SENS

Le but de ce voyage est de former une véritable équipe avec des participants qui interagissent entre eux dans la bonne humeur, la convivialité pour créer un esprit unique. Votre guide est garant de la sécurité du groupe et du bon déroulement du séjour. Chaque participant doit faire preuve de bonne volonté, d'entraide et de tolérance pour que le séjour soit inoubliable pour tous.



© Julien Denimal - Senia

ADMINISTRATIF

DOCUMENTS NÉCESSAIRES ET INFORMATIONS POUR LES VOYAGEURS

- Carte d'identité ou passeport en cours de validité jusqu'au terme du voyage
→ 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

- Pas d'exigences particulières pour le schéma vaccinal du covid-19.
- Aucun autre vaccin n'est obligatoire en Norvège. Cependant, il est préférable d'être à jour pour les vaccins courants en France tels que le tétanos, la poliomyélite, l'hépatite A et B entre autres.

Concernant la Covid-19, la Norvège ne recommande pas le port du masque à l'heure actuelle, ni dans les commerces, et encore moins en extérieur. Les frontières Norvégiennes sont ouvertes et il n'y a aucune mesure de quarantaine pour les ressortissants européens.

LOGISTIQUE

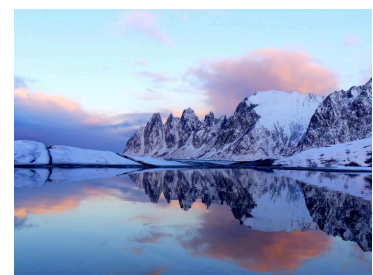
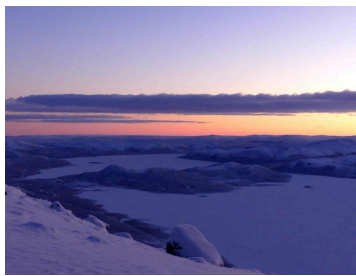
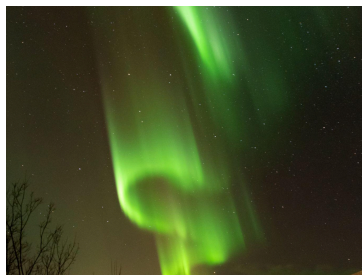
INFORMATIONS LIÉES À L'AÉRIEN.

Le billet d'avion Paris - Tromsø reste à votre charge. Pour venir jusqu'à Tromsø, les compagnies proposent la plupart du temps un voyage avec une escale à Oslo. Il vous faudra peut-être quitter votre domicile la veille de notre rendez-vous pour arriver à temps à l'aéroport.

Les compagnies que Julien vous recommande

- <https://www.flysas.com/fr-fr/>
- <https://www.norwegian.com/fr/>

QUELQUES PHOTOS.

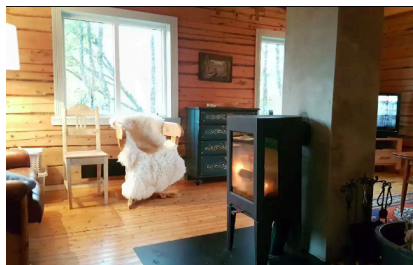


© Julien Denimal - Norvège

© Savinien Taillefert- Skiervoy

LES HÉBERGEMENTS

- Deux hébergements cosy, chaleureux tout confort.
- Petit déjeuner inclus.
- Au cœur de la belle nature.
- Lits simples et doubles



© Guesthouse -Photos non contractuelles

RESTAURATION

- Repas élaborés et équilibrés.
- Cuisine dans le logement
- Des plats variés chaque jour.
- Repas au restaurant le dernier soir du séjour.



Les recettes et les menus sont établies par votre guide avant le séjour mais pourront bien entendu être adaptées si besoin. Les produits sont tous achetés dans les commerces locaux et la qualité est privilégiée. La Norvège n'est pas un pays connu pour sa gastronomie et de nombreux légumes sont importés. Néanmoins, votre guide tient à vous faire découvrir des recettes typiques.

©Julien Denimal - Riz Nordique

INVENTAIRE DU MATÉRIEL

LES INDISPENSABLES

Cette liste a pour but de vous aider à regrouper tout le matériel nécessaire pour pouvoir évoluer en sécurité et en confort durant le séjour.



- **Vêtements**

- Sac de voyage type souple (North Face ou Helly Hensen) **50L max** ou petite valise pour faciliter le rangement dans le véhicule qui contiendra également les courses pour les différents repas.
- Sur-pantalon imperméable type gore tex x 1
- Pantalon de randonnée hiver x 2
- Caleçon long type mérinos x 2
- Guêtres x 1 paire
- Chaussettes de randonnée mi-saison ou mérinos x 3
- Doudoune duvet ou veste chaude x 1
- Veste imperméable respirante x 1
- Polaire chaude hiver x 2
- Tee shirt technique manches longues type carline ou mérinos x 2
- Tee shirt technique manches courtes x 1
- Paire de gants x 2
- Bonnet x 1
- Casquette ou chapeau x 1
- Tour de cou type Buff x 2
- Frontale x 1
- Chaussures hautes de randonnée.
- Bouteille thermos x 1
- Maillot de bain pour le bain arctique
- Vos affaires personnelles

- **Matériel divers**

- Bâtons de randonnée
- Lunettes solaire (filtre minimum 3)
- Sac à dos de 20L pour les rando à la journée
- Crème solaire haute protection
- Vos médicaments personnels
- Jumelles
- Appareil photo
- Livre
- Chargeurs et connectiques (téléphone; pc...etc)
- Boules quies
- Rouleau d'elastoplast et des pansements "double peau"
- Trousse de toilette personnelle

LE PAYS D'ACCUEIL : LA NORVÈGE

DEVISE

Vous aurez un minimum de dépenses sur place, une fois arrivée en Norvège.

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 Euros alors pour convertir rapidement, il vous faut diviser la Couronne Norvégienne par 10 pour avoir le prix en Euros.

Voici un site avec le taux journalier :

- <https://www.xe.com/fr/currencyconverter/convert/?Amount=100&From=NOK&To=EUR>

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

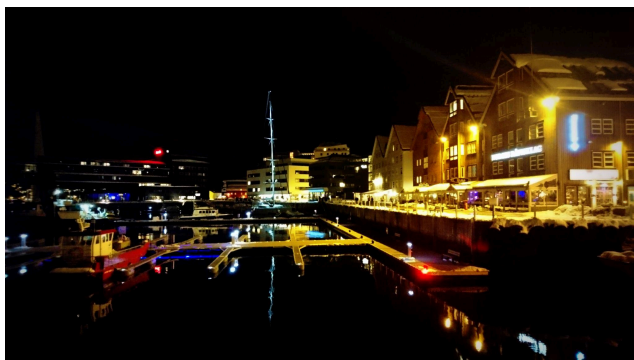
Il est tout de même recommandé d'échanger un montant équivalent à 2000 Nok.

CLIMAT ET MÉTÉO SUR PLACE

C'est une chose bien difficile à prévoir ! Cela dit, voici quelques tendances et liens utiles pour vous faire une idée. Dans les pays nordiques, on sort même si la météo peut paraître peu engageante. Au contraire, les lumières sont parfois bien plus belles !

Sites à privilégier pour les prévisions météo :

- <https://www.meteoconsult.fr/previsions-meteo/bulletin-detaille/ville-8031/previsions-meteo-tromso-aujourd'hui>
- <https://www.windy.com/69.649/18.954?69.430,18.954,8,m:fBfagGK>



© Julien Denimal - Tromsø

Originaire du Nord de la France, il atterrit très rapidement dans la capitale de l'alpinisme, Chamonix Mont-Blanc. C'est dans cette vallée qu'il attrape le virus des activités de plein air et l'amour des grands espaces naturels. Après quelques années à sillonner les montagnes, descendre les pentes et tremplins de ski et saut à ski, il quitte ce lieu avec amertume. Il retrouve sa région natale avant de partir pour Paris. Il y reste une dizaine d'années pour protéger, servir et assurer la sécurité des citoyens et personnalités politiques. En 2015, Il reprend ses études pour faire de sa passion, son métier, guide d'expédition. Il accoste alors aux abords de La Rochelle, dans ce que l'on nomme le pays des eaux. La proximité de l'océan, des îles et des marais, l'oriente naturellement sur les activités nautiques et la connaissance de la biodiversité. Depuis, il continue son aventure de concepteur et guide d'expédition. Ses zones privilégiées sont celles au-delà du cercle polaire Arctique, entre autres la Norvège, la Suède, la Finlande, la Sibérie et le Spitzberg. Cet univers polaire le fascine et le fait se sentir dans son élément comme une évidence.



FORMATIONS ET DIPLÔMES

- Secours et sécurité:
 - Premier secours en équipe niveau 1
 - S.O.S Mal Aigu des Montagnes
 - Sécurité et survie en mer
 - Wilderness First Aid
 - Permis routier Cat B
 - Permis côtier
- Licence professionnelle AGOAPS activités de pleine nature et tourisme sportif:
 - Randonnées
 - Orientation
 - Escalade
 - Kayak de mer et rivière
- Unités de formations et formation montagne:
 - Perfectionnement neige et avalanche Na2
 - Initiateur ski de randonnée
 - Alpinisme terrain d'aventure / neige / glaciaire
 - Swiss ski instructor
- Carte professionnelle d'éducateur sportif

EN CAS D'URGENCE

Numéro d'URGENCE du Pays: **113**

Numéros utiles en Norvège :

Pompier : 110 ou +47 22 11 44 55

Police: 112 ou +47 22 66 90 50

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

Adresse: Sykehusvegen 38, 90019 Tromsø, Norway

Ambassade de France en Norvège: Drammensvein 69, 0244 Oslo

Tel: +47.23.28.46.00

COPYRIGHT

- La fiche technique de conception privée est la propriété de ©Julien Denimal
- La trame quant à elle est la propriété de © Charles Ariza

Directive Européenne sur le droit d'auteur:

<https://eur-lex.europa.eu/legal-content/FR/TXT/PDF/?uri=CELEX:32019L0790&from=DA>

Toutes similitudes, copies ou plagiat de cette fiche, feront l'objet de recours et poursuites juridiques face à l'auteur des faits.

Article L111-1 code de la propriété intellectuelle.



© Julien Denimal - Alpes du Lyngen