

NORVEGE
îles Lofoten
Escapade en ski de randonnée sur les îles Lofoten



PÉRIODE : voyage de 10 j du 27/02 au 08/03

PARTICIPANTS : 6 participants (départ garanti à 6 participants)

EFFORT : Randonnée à ski à la journée, avec techniques de cramponnage et de ski de montagne

CONFORT : 4/5

TYPE D'HÉBERGEMENTS :

Hébergement en Hotel tout confort,
hébergement dans des « Rorbuer » typiques des Lofoten et en « Rorbu » moderne tout confort
(Sauna, poêle à bois, cuisine toute équipée, 2 salles de bains,) en pension complète.

Les points forts :

- Encadrement par un **Accompagnateur en Montagne UIMLA** diplômé d'état, ayant vécu sur place de nombreuses années, parlant couramment Norvégien ;
et un **Guide de Haute-Montagne UIAGM** diplômé d'état, secouriste et formateur de secouristes aux PGHM de Chamonix
- Un voyage de 10 jours. 8 jours plein de ski en fonction des conditions climatiques et nivologiques sur un spots de Free Rando incontournable dans le monde.
- Sensation de solitude dans le grand Nord garantie
- l'Altitude faible des montagnes, permettant parfois d'enchaîner plusieurs sommets à la journée.
- Voyage intégralement repéré et pratiqué depuis l'hiver 2009.
- Hébergements confortables et bien placés *qui nous permettrons une traversée SUD / NORD de l'archipel des Lofoten.*
- Déplacement tout confort à l'aide de minibus privatisé
- Groupe restreint de 6 participants pour plus de mobilité et de confort
- Immersion garantie par les guides

L'esprit du voyage :

Découverte des plus beaux recoins de l'archipel skis aux pieds

Les Lofoten, chapelé d'îles si connu de la Norvège, ses îles sont ancrées dans les eaux tumultueuses et poissonneuses de la mer de Norvège, bien au-delà du cercle polaire arctique, à 68° de latitude Nord.

Ce joyau de nature nous offre des paysages de montagnes majestueuses plongeant dans les fjords

d'un bleu profond, des plages de sables blanc aux eaux turquoise et des petits villages de pêcheurs accrochés aux creux des criques et des baies protégées des vents.

Très récemment classé parc national, cette région mêle étroitement histoire, depuis l'ère Viking jusqu'à nos jours et nature brute et sauvage.

Un concentré de grandiose que nous partons découvrir recouvert d'un blanc manteau neigeux pour une atmosphère et des lumières encore plus spectaculaire.

Les Lofoten, un patrimoine culturel Norvégien à ne pas louper

Nous vous proposons donc un séjour en plein hiver.

Cette période, beaucoup plus tranquille, offre alors des lumières et des paysages somptueux, qui se découvre à la fois ski aux pieds pour l'aspect sportif et hors des itinéraires classiques ou à pied selon nos pérégrinations, à travers les petits villages portuaires, ou nous découvrirons la vie quotidienne des habitants, en pleine période de pêche au "Skrei", devenu si populaire dans le sud de l'Europe.

Vos guides connaissent la région et la montagne comme leur poches et sauront vous emmener dans les coins et recoins les plus secrets avec un soucis constant de gestion du risque.

Les confortables hébergements que nous rejoignons le soir nous offrent des soirées cocooning au coin du feu dans des cadres magiques de fjords et montagnes aux faces verticales spectaculaires. Une occasion unique de découvrir cet archipel dans le calme hivernal et sous un ciel flamboyant d'aurores boréales.





TARIF : 3100 euros / personne hors vol

Ce tarif comprend :

L'encadrement en montagne hivernale, par un guide de haute montagne UIAGM et un accompagnateur en montagne UIMLA.

Le logement atypique et varié.

Une cuisine traditionnelle à base de produits locaux et de saison.

La location d'un minibus.

Le transport de l'hébergement au départ des randonnées.

Les transferts en bateau.

Le matériel de sécurité pelle/sonde/DVA.

Crampons, piolet, baudrier fournis à ceux qui n'en seraient pas équipés.

Ce tarif ne comprend pas :

Les billets d'avion.

Le transport de chez vous à l'aéroport.

Les excédents de bagages sur les vols.

Les frais à caractère personnel (boissons alcoolisées et non alcoolisée, souvenirs etc.).

Votre équipement personnel.

Les frais supplémentaires entraînés par une éventuelle modification ou prolongement du séjour, indépendant de notre volonté (en dehors du programme prévu).

Les assurances annulation.

Assurance frais de rapatriement et frais de secours.

NIVEAU TECHNIQUE:

Niveau 3/5 :

ski de randonnée entre 500 à 1000 m de dénivelée par jour.

Accessible aux bons skieurs toute neige ayant une expérience du ski de randonnée et sachant skier avec un sac à dos de 6 à 8 kg.

La connaissance des techniques de conversions (en montée) est nécessaire.

Quelques passages techniques sur des pentes dépassant parfois 30°.

Savoir se déplacer avec des crampons à glace.



PROGRAMME :

JOUR 1:

Rendez vous à l'aéroport de Bodo le (date et heure à confirmer).

Repas et nuit à l'hôtel

JOUR 2 :

Journée de ski pour une formation au « sauvetage et auto-sauvetage en avalanche » et évaluation du groupe et des conditions nivologiques.

Site : Alpes de Bodo

16h Départ en bateau afin de faire la traversée jusqu'au sud des îles Lofoten et rejoindre Reine, et Sakrisoy, villages de pêcheurs ou nous séjurerons 2 nuits dans de confortables « rorbuers » habitat typique des Lofoten.

JOUR 3 :

Découverte du ski de randonnée sur les îles. Ascension du Ryten 543 m. de dénivelé. Selon les conditions du moment nous pourrions envisager un 2ème sommet.

Visite du village de Nusfjord, village de pêcheurs classé au patrimoine Norvégien.

Visite de l'archipel de Reinefjorden, à la vue à couper le souffle, et des villages de A, et de Sorvagen, villages de pêcheurs les plus reculés des îles Lofoten qui ont grandement participé au développement de l'économie locale.

JOUR 4 :

Ascension du Stornappstinden 750 m. de dénivelé. Proche du Village de Napp, carrefour qui nous fera passer de la cote Ouest à la cote Est des îles Lofoten. Puis route vers Svolvær, ville la plus importante des Lofoten. Cela en fait en quelques sortes la Capitale. Datant de 1500 elle compte aujourd'hui environ 4800 habitants. Nous y séjurerons le reste de notre voyage, nous permettant de rayonner avec une grande aisance sur tout les sommets des environs.

JOUR 5 :

Ascension du Hellostinden 540 m. de dénivelé, suivi de la visite d'Henningsvæer petit village de pêcheurs appelé « la petite Venise des Lofoten » en raison de son petit chenal rappelant les canaux de Venise.

l'atmosphère chaleureuse de ses cafés et restaurants saura vous ravir après une journée de ski. Henningsvæer est un des plus anciens villages de pêcheurs des Lofoten, il existe depuis 1700 et en 1840 c'était le plus important village de pêcheur des Lofoten

JOUR 6 :

Ascension du varden (smatindan) 700 m. de dénivelé.

Visite de Kabelvåg

JOUR 7 :

Ascension du Pilan 730 m. de dénivelé et du Satinden 596 m. de dénivelé. Retour à notre hébergement et repos

JOUR 8 :

Ascension du Geitgaljen sommet très alpin et le plus élevé des îles Lofoten, 1085 m. de dénivelé, progression avec crampons et encordée possible

Retour à l'hébergement

JOUR 9 :

Ascension du Torskmanen 755 m.

Puis nous prenons la route pour Lodingen ville qui se situe au nord des îles. Nous y prendrons le ferry pour rejoindre Bodo, Nuit en hotel

JOUR 10 :

Retour en France



Liste matériel pour un voyage de ski de randonnée

Equipement :

Skis équipés de fixations de randonnée avec peaux de phoque et couteaux à neige

Bâtons de ski

Une housse à ski pour le transport en avion

Sac à dos (35L) avec possibilité de fixer les skis avec des lanières latérales ou centrales. Si vous avez la possibilité d'avoir un sac air-bag ne vous en privez pas.

Chaussures de ski de randonnée

Crampons à glace réglés à la taille des chaussures de ski de randonnée

Piolet, baudrier léger (FOURNIS pour ceux qui n'en n'ont pas).

Vêtements :

Un pantalon de ski type softshell (déperlant – respirant) -

Une veste type Gore-Tex avec capuche (imperméable – respirante) -

Une veste en fourrure polaire synthétique

Une doudoune

Deux sous vêtement type mérinos ou synthétique

Une paire de gants de ski et une paire de moufles (ou gants très chauds)

Un bonnet

Une casquette ou chapeau de toile

Un bandeau/foulard type « Buff »

Accessoires :

*Une paire de lunettes de soleil de très bonne qualité
(verres filtrants les UV → minimum protection 3)*

Un masque de ski double écran

Une gourde (1 litre ou 1.5 litres), isotherme de préférence

Un tube de crème solaire et une protection pour les lèvres

Un couteau de poche (facultatif)

Une petite pharmacie personnelle (notamment paracétamol, « élastoplast » pour prévenir les ampoules, ...)

Trousse de toilette

Carte d'identité ou passeport

Carte Neige ou Club Alpin ou attestation d'assurance couvrant les frais de secours et de rapatriement (EX. CAF ou vieux campeur...)

Un appareil photo, et un livre pour le soir !

*Il sera fourni à chaque participant un **Détecteur de Victimes en Avalanche (DVA)**, une **pelle à neige**, et une **sonde**.*

En cas de dégradation ou de perte de ce matériel, votre responsabilité sera mise en jeu.

Soyez vigilant sur le poids de votre sac. En plus de vos affaires personnelles, prévoyez un peu de place pour porter votre pique-nique et vivres de course, ainsi que la pelle et la sonde.

Nous prendrons du temps avec vous afin de vous guider dans l'optimisation et la confection de votre sac avant le départ. Il est primordial de ne pas se surcharger pour des raisons de commodité dans le mini-bus.

(Garder le même vêtement respirant (1ère couche), la même veste polaire, et le même pantalon, pour pratiquer le ski tout au long du séjour est plus que souhaité. Il y a le soir, la possibilité de laver et de faire rapidement sécher les vêtements humides).



Conditions :

Annulation / modification du programme :

Parce que la montagne n'est pas que belle, et qu'elle est parfois hostile,

Parce que votre sécurité est la première de nos priorités,

Parce que notre expérience et notre formation nous permettent de mieux appréhender les risques, afin de minimiser ces derniers autant que possible,

Parce que nous ne pourrions transiger sur votre sécurité et la notre qui sont liées, au prétexte d'aller au bout de l'activité coûte que coûte,

Parce que votre satisfaction reste une de nos priorités,

→ Nous serons peut être amenés à changer d'objectif avant le départ, ou en cours de route, en fonction de l'analyse des conditions nivologiques et météorologiques, en fonction aussi de vos conditions physiques et morales, en essayant de vous proposer une alternative qui nous donnera à tous de la satisfaction.

Assurance :

Nous vous invitons à vérifier que votre assurance responsabilité civile couvre les "activités de montagne".

Nous vous conseillons de souscrire, pour la durée de votre séjour, une assurance avec mention "prise en charge des frais de secours et rapatriement".

Ex Assurances et Assistances : Au vieux campeur, Impact Multi Sports, Club alpin Français, Fédération Française de montagne et d'escalade (F.F.M.E.).

Réservation :

Un règlement de 30 % de la prestation par chèque ou virement sera effectué au moment de la réservation. Ce règlement matérialise l'engagement du participant par rapport aux guides, et permet aux guides de finaliser le projet.

Toute annulation du participant plus de 30 jours avant le départ, ou annulation du ou des guides/accompagnateurs donnera lieu à un remboursement intégral de l'acompte versé. Si vous annulez la sortie moins de 30 jours avant le départ, l'acompte sera conservé par les organisateurs.

Santé des participants :

Les guides doivent connaître au préalable l'état physique et de santé générale des participants et si ils sont sous traitements médicaux particuliers.



Présentation et mots des guides :

Présentation :

CONTACOLLI Damien



*Je m'appelle Damien, j'ai 45 ans
Accompagnateur en Montagne UIMLA,
secouriste recyclé PSE 1&2*

« Passionné de voyages, des langues et des peuples. Après avoir passé 18 mois en Afrique en zone désertique, suivi de 4 ans comme jeune gendarme adjoint secouriste en montagne au PGHM de l'Ariège, c'est grâce à l'armée Française que j'ai pu découvrir les zones aux climats hostiles, tel que les déserts et la montagne.

Je me suis juré de ne jamais perdre la trace du voyage, de la découverte et de la rencontre des populations des pays que je traverserai.

La suite s'écrit ainsi.

Après la réalisation de plusieurs voyages sur divers continents, pour assouvir mes besoins d'aventure, d'alpinisme, de ski, d'escalade, une forte attirance pour l'arctique m'a pris au corps. J'ai donc d'abord atterri en Suède, puis en Norvège où j'ai passé 7 années à pratiquer le ski de randonnée, le ski de randonnée nordique avec pulka, la randonnée glaciaire et le trek et l'escalade en été.

Découvrir une culture proche de la nature entre mer et montagne, au-delà du cercle polaire à été pour moi une grande richesse d'apprentissage.

La Scandinavie à été un véritable coup de foudre.

Parlant Norvégien et Suédois, j'encadre des Trek sportifs ou séjours de découverte chaque saison d'été et d'hiver sur la Norvège, toujours au-delà du cercle polaire.

J'ai à cœur de vous faire partager ces expériences cumulées afin que nous puissions vivre ensemble un voyage unique ».

THOMAS Sébastien :



Je m'appelle Sébastien, j'ai 49ans.

*Guide de haute montagne UIAGM
Guide DE Canyon
Accompagnateur en montagne
Secouriste PSE1 & 2*

Responsable de la cellule nationale de secours en montagne de la Gendarmerie à Chamonix (CNISAG). Depuis 5 ans j'ai la responsabilité de la formation des nouvelles générations de sauveteurs des PGHM de France, en relation avec une équipe de 14 formateurs.

« Ma passion pour la montagne a débuté dès mon plus jeune âge lors de vacances estivales avec mes parents dans les Hautes-Pyrénées. A 22 ans j'ai été sélectionné dans l'équipe nationale des jeunes alpinistes F.F.M.E. dont font partie Daniel DULAC (champion du monde d'escalade sur bloc), Jérôme BLANC GRAS (alpiniste de haut niveau polyvalent) et Lionel CHATAING (sauveteur à la CRS de Grenoble). Depuis je ne cesse de courir les montagnes, elles demeurent en moi.

Je suis particulièrement attaché aux méthodes de réduction des risques en montagne.

J'aurais à cœur de partager avec vous ma passion pour le ski de montagne. »

BOREAL NOMAD

EXPLORE THE NORTH

