



Compagnie des Guides
Saint-Gervais-Mont-Blanc

Organisation • Depuis 1864



ALPES de LYNGEN

Ski de Randonnée en Norvège

Cette activité, du ski de randonnée, est pratiquée au départ d'un bateau totalement rénové.

Le « **POLARIS** » est un navire de 33 mètres qui, outre l'équipage et l'encadrement, comporte de 12 places passagers. Se déplaçant de fjord en fjord au gré des conditions de neige ou des envies, aucun programme journalier n'est, a priori défini.

Compagnie des Guides Saint-Gervais Organisation – 43 rue du Mont-Blanc – 74170 SAINT-GERVAIS

Tél +33(0)4 50 47 76 55 – www.guides-mont-blanc.com – contact@guides-mont-blanc.com

Association de tourisme inscrite au registre national ATOUT France affiliée APRIAM IM073.100023 – Alpesespace Le Neptune 50, voie Albert Einstein – 73800 FRANCIN
Garant : COVEA CAUTION SA – contrat 18386 – R.C.P : MMA IARD – Bd Oyon (72) Le MANS – n°103.056.234.
Code APE 8230Z – Siret : 440.287.076.000.10. TVA intracommunautaire : FR1844028707600010



Compagnie des Guides
Saint-Gervais-Mont-Blanc

Organisation • Depuis 1864

1. Description de voyage

La Norvège est naturellement le pays du ski sous toutes ses formes, mais il est impossible d'évoquer ce pays sans parler de ses fjords. Situés sur tout le littoral, ce sont des anciennes vallées glaciaires que la mer a comblées. Là-bas les montagnes ont cette particularité « d'avoir les pieds dans l'eau ». Mer et montagne ne font plus qu'un ! Peu de contrées ont le privilège de combiner ces deux environnements naturels d'une façon aussi pittoresque.

Au départ de Tromsø, ce terrain de jeu se situe dans la chaîne des Alpes de Lyngen. De nombreux itinéraires sont possibles pour tous niveaux : en boucle, circuits, traversées d'îles et de presqu'îles...

Le grand avantage du bateau est qu'il permet de récupérer les skieurs à n'importe quel endroit, et bien souvent, il n'est nul besoin de redescendre par l'itinéraire de montée. Il existe de nombreuses zones prometteuses et inexplorées qui restent encore à découvrir à ski. Le bateau est rapide, il possède un grand rayon d'action.

Refuge très confortable et itinérant, le POLARIS se déplace chaque soir à la recherche d'une course inédite, dans des lieux grandioses et reculés où il est possible de tracer dans la neige vierge.

Les dénivelés journaliers sont variables en fonction des courses, en moyenne de 900 m à 1 200 mètres. Ces ascensions sont, bien sûr, quantifiées à partir de la plage où l'on chausse les skis ! L'ambiance est alpine, la neige, poudreuse, est le plus souvent d'excellente qualité ; la durée des courses généralement de 5 à 6 heures, parfois moins, n'excède jamais 7 heures d'activité.

La navigation se déroule dans les eaux abritées des fjords, sur une mer calme. La durée quotidienne de navigations, d'une arrivée de course au départ de celle du lendemain est le plus souvent inférieure à 2 heures. Ces navigations, de fjords en fjords sont l'occasion de découvrir des paysages de toute beauté, et parfois de faire escale pour la nuit le long de petits quais en bois dans des villages typiques où il est possible de se promener à loisir.

Parfois au mouillage, les passionnés de pêche, au hasard des sites, pourront capturer des aiglefin, du saumon ou des cabillauds qui viendront améliorer l'ordinaire. Puis, par de belles nuits sans nuage, il sera peut-être possible d'admirer ces magnifiques aurores boréales qui ont fait la réputation de ces lieux.

2. Programme

Ce programme type (Alpes de Lyngen), **est donné à titre indicatif**. Il décrit une semaine d'activité dont les horaires et les dénivelées ne sont que des exemples.

Les sorties sont quotidiennes (sous réserve d'intempéries) et ne présentent pas de caractère obligatoire, chacun étant libre d'y participer ou non ; une idée précise de la nature de ces journées peut-être visualisée sur le site du [Polaris](#), rubrique «Galerie».

Compagnie des Guides Saint-Gervais Organisation – 43 rue du Mont-Blanc – 74170 SAINT-GERVAIS

Tél +33(0)4 50 47 76 55 – www.guides-mont-blanc.com – contact@guides-mont-blanc.com



Compagnie des Guides
Saint-Gervais-Mont-Blanc

Organisation • Depuis 1864

A bord, des raquettes sont à disposition des marcheurs, ainsi que des équipements de pêches pour ceux qui le désirent pratiquer cette activité, en journée ou en soirée après le ski.

- Jour 1** Envol de pour Oslo et Tromsø.
Embarquement en fin d'après-midi sur le bateau ancré au port et première nuit à bord.
- Jour 2** Ulstinden (1 080 m)
Départ de la plage, skis aux pieds pour ce sommet situé entre deux fjords.
Descente face aux îles et à la mer, par le même itinéraire, jusqu'au bateau.
Horaire : 3 à 4 heures.
- Jour 3** Lavangstinden (1 215 m)
Départ en début de matinée pour atteindre ce belvédère dominant Ullsfjord. La descente s'effectue sur l'extrémité de Sorfjord.
Horaire : de 4 à 6 heures.
- Jour 4** Rasmustind (1 224 m)
Remontée de la Vallée de Tuirdalen pour atteindre le sommet d'où la vue est splendide sur Sorfjord, Balsfjord et la Pyramide de Piggtind, avant de redescendre sur le bateau.
Horaire : de 4 à 5 heures.
- Jour 5** Jiekkevari (1 883 m)
Journée la plus longue du séjour et ascension du point culminant de la péninsule.
Unique passage glaciaire du séjour, la progression, sans difficulté, s'effectue parfois encordée. Descente possible sur un autre itinéraire pour ces 1 800 mètres de neige bien souvent poudreuse. Horaire : de 7 à 9 heures.
- Jour 6** Traversée de Ulloya (1 490 m)
Une des plus belles journées de ce séjour. Traversée de l'île avec un franchissement de crêtes magnifiques donnant accès à de grandes pentes de neige vierge. Descente sur le port et le bateau. Horaire : de 5 à 6 heures.
- Jour 7** Traversée de Reynoya (1 050 m)
Sur la route du retour, nouvelle superbe traversée de l'île de Reynoya.
retour en journée, la tête remplie de superbes images. Arrivée à Tromso en soirée.
- Jour 8** Vol retour sur Oslo et liaison sur l'aéroport de départ.
Vols en cours journée, la tête remplie de superbes images. Arrivée en soirée.

Compagnie des Guides Saint-Gervais Organisation – 43 rue du Mont-Blanc – 74170 SAINT-GERVAIS
Tél +33(0)4 50 47 76 55 – www.guides-mont-blanc.com – contact@guides-mont-blanc.com



Compagnie des Guides
Saint-Gervais-Mont-Blanc

Organisation • Depuis 1864

3. Description technique

Niveau technique

Cette activité ne présente pas de difficulté technique. Un niveau de ski toutes neiges tous terrains (niveau 3 ESF) est cependant requis pour ces journées de randonnée à ski qui se déroulent en terrains vierges, parfois glaciaires, mais jamais engagés.

Ces journées, d'une durée moyenne de 4 à 6 heures de randonnée effective, permettent généralement au départ d'un fjord, de progresser en direction d'une ligne de crête ou d'un objectif et de redescendre l'autre versant pour y retrouver le bateau.

Le piolet et les crampons sont rarement employés mais viennent conforter, le cas échéant, une progression toujours peu technique.

4. Groupe & encadrement

L'encadrement est assuré, sauf cas exceptionnel, par deux guides de haute montagne français. Il est formé habituellement deux groupes de 6 personnes évoluant sous la responsabilité de leur guide.

En fonction du niveau technique ou des envies des participants, ces groupes peuvent être constitués et évoluer conjointement ou non, non nécessairement vers le même objectif.

Une formation aux techniques de recherche (ARVA) est dispensée sur place.

5. Tarifs & dates

Ils comprennent

L'hébergement à bord du POLARIS, base cabine simple ou double, petits déjeuners, collation en retour d'activité, dîner — l'encadrement technique (guides) — le matériel collectif traîneau de secours, liaison radio — le transfert en taxi ou navette de l'aéroport au bateau (aller et retour) — les liaisons à bord, de fjord à fjord.

Ils ne comprennent pas

Les vols internationaux — les taxes d'aéroports & taxes locales éventuelles — les boissons et dépenses personnelles à bord — les assurances « Recherche Evacuation », « Rapatriement Médical » et « Annulation » — les nuits d'hôtels et repas éventuelles à Tromsø (J-1 ou J+8) —

Plus généralement, tous les frais occasionnés par une modification de programme due à des raisons extérieures à l'organisation (sécurité, intempérie, évacuations, grèves etc.).

Dates 2018 mars 2018 (semaine à définir)

Prix 2018 Il est fixé à **3150 euros** par personne*

* Ce prix ne comprend pas l'aérien (environ 600 euros) impossible à quantifier à date de la présente édition

Compagnie des Guides Saint-Gervais Organisation – 43 rue du Mont-Blanc – 74170 SAINT-GERVAIS

Tél +33(0)4 50 47 76 55 – www.guides-mont-blanc.com – contact@guides-mont-blanc.com



Compagnie des Guides
Saint-Gervais-Mont-Blanc

Organisation • Depuis 1864

6. Inscriptions

Le plus rapidement possible, l'obtention des billets d'avions et formalités diverses sont toujours longues et compliqués.

Les inscriptions devront s'accompagner obligatoirement du acompte et s'effectueront **obligatoirement après de SGO** (Compagnie des Guides de Saint Gervais Organisation, agréé agent de voyage), lien suivant en charge de ce voyage : voyages@guides-mont-blanc.com site : www.guides-mont-blanc.com

Une notice technique plus complète et comprenant tous les renseignements complémentaires (dont le matériel nécessaire) sera diffusée dès l'inscription effective.

7. Situation géographique

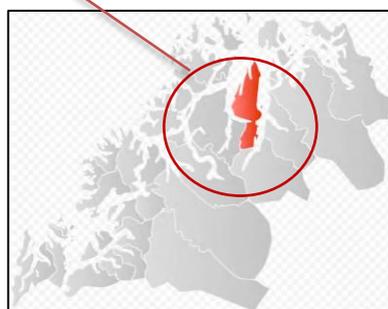
Les Alpes de Lyngen

Entre 69° et 70° degrés nord, entre la Mer de Norvège, à l'ouest et la Mer de Barents — au nord de la ville de Tromsø — cette chaîne offre d'exceptionnels terrains de jeux pour les skieurs randonneurs.

Grâce à la présence du Gulf Stream, la température oscille de -15° à +5° de début mars à mi-mai. Cependant, du fait de la latitude, dès que l'on s'éloigne de cette mer « chaude » et que l'on prend de hauteur, on se retrouve dans des conditions équivalentes à celles des Alpes à environ 2 500 ou 3 000 mètres d'altitude.

La qualité de la neige est souvent excellente et les traces vierges, quasi quotidiennes.

Après la mi-avril le jour permanent s'installe.



ÎLES LOFOTEN

Compagnie des Guides Saint-Gervais Organisation – 43 rue du Mont-Blanc – 74170 SAINT-GERVAIS

Tél +33(0)4 50 47 76 55 – www.guides-mont-blanc.com – contact@guides-mont-blanc.com



Compagnie des Guides
Saint-Gervais-Mont-Blanc

Organisation • Depuis 1864

8. Matériel & Equipement

Une liste de matériel obligatoire est à votre disposition ci-dessous. Elle n'est pas exhaustive et il appartient à chacun de l'adapter en fonction de ses propres besoins. N'oubliez pas que cette activité se déroule en montagne et que les conditions climatiques peuvent y être rigoureuses.

En cas de doute, contactez votre guide qui répondra à toutes vos questions sur ce sujet.

Vêtements

- Veste Gore Tex avec capuche
- 2 sous pulls
- Fourrure polaire chaude
- Veste en duvet (avec capuche de préférence)
- Bonnet + cagoule ou cache cou
- Casquette
- Pantalon étanche type « gore tex »
- Collant
- Chaussettes chaudes
- 2 paires de gros gants ou moufles + 1 paire des petits gants

Accessoires

- Lunettes de soleil (2 paires)
- Masque de ski
- Lampe frontale à led
- Thermos 1 Litre.

Matériel technique

- Sac de montagne (30/35 litres) équipé de portes skis
- Skis de randonnée
- Couteaux à neige
- Peaux de phoque en bonne état
- Bâtons de ski
- Crampons légers
- Piolet court et léger
- Chaussures de randonnée à ski
- Baudrier léger avec un mousqueton à vis

Compagnie des Guides Saint-Gervais Organisation – 43 rue du Mont-Blanc – 74170 SAINT-GERVAIS

Tél +33(0)4 50 47 76 55 – www.guides-mont-blanc.com – contact@guides-mont-blanc.com

Association de tourisme inscrite au registre national ATOUT France affiliée APRIAM IM073.100023 – Alpesespace Le Neptune 50, voie Albert Einstein – 73800 FRANCIN

Garant : COVEA CAUTION SA – contrat 18386 – R.C.P : MMA IARD – Bd Oyon (72) Le MANS – n°103.056.234.

Code APE 8230Z – Siret : 440.287.076.000.10. TVA intracommunautaire : FR1844028707600010



Compagnie des Guides
Saint-Gervais-Mont-Blanc

Organisation • Depuis 1864

Divers

- Crème solaire
- Petite pharmacie personnelle (doliprane, compeed, strappal...)
- Passeport
- Trousse de toilette, serviette
- Sac de couchage
- Appareil photo
- Vivres de courses

Remarques

Vos bagages doivent être étiquetés et rassemblés en trois sacs :

- 1 bagage cabine (très restreint en termes de volume et de poids)
- 1 bagage soute (généralement limités à 20 kg)
- 1 housse à ski fermée (bagage payant ou non selon les compagnies aériennes)

N'hésitez pas à contacter votre guide si vous avez besoin de conseils pour votre préparation physique, le choix de votre matériel ou l'organisation de votre séjour.



Compagnie des Guides Saint-Gervais Organisation – 43 rue du Mont-Blanc – 74170 SAINT-GERVAIS
Tél +33(0)4 50 47 76 55 – www.guides-mont-blanc.com – contact@guides-mont-blanc.com