



# TREKKING MONT BLANC

## Le Meilleur des Îles Lofoten



Randonnée en étoile en Norvège

## Présentation du séjour

Au-delà du cercle polaire, découvrez des îles aux paysages de mer, et de montagne abritant une nature extraordinairement préservée par ses habitants.

Dans des contrastes forts entre montagnes verticales et horizon lointain, embarquez pour une aventure complète et immersive. Vous traverserez également les villages de pêcheurs et les maisons traditionnelles.

Les îles Lofoten, ce sont une diversité de décors et des atmosphères dépaysantes pour un séjour de randonnée inoubliable !

### **7 jours de voyages dont 5 jours de randonnée**

#### **Difficulté 2/5**

Ces séjours sont accessibles au plus grand nombre du fait de la relative facilité de la marche. Les journées de randonnées sont relativement courtes (6h au maximum), peu difficiles et se déroulent dans une région peu reculée.

Certains cols ou passages peuvent se situer en haute altitude, sans toutefois représenter de difficulté spécifique. Il faudra cependant gérer l'enchaînement des journées de marche et l'éloignement dû au voyage.

Vous devez être capable de réaliser 800 mètres de dénivelé positif par jour au minimum, cela sur plusieurs jours. Vous acceptez les conditions parfois sommaires du logement, qui pourra potentiellement se faire en camp.

Nous vous conseillons de maintenir votre forme avant le départ en pratiquant régulièrement un sport d'endurance.

#### **Accompagnement**

Accompagnateur en Montagne diplômé d'état sur l'ensemble du séjour

## Points forts

- ✓ Les plus belles randonnées des îles Lofoten rassemblées dans un seul séjour
- ✓ Un séjour de randonnées aux paysages et aux ambiances variées
- ✓ Des hébergements traditionnels et confortables sélectionnés avec soin

## Programme détaillé



### Jour 1 : VOL POUR LES ÎLES LOFOTEN

Au départ de la France, nous atterrissons à l'aéroport de Narvik. En une heure, nous rejoignons notre logement prévu pour cette première nuit. Une bonne nuit de sommeil nous permettra de nous reposer avant le départ de ce trek unique et dépaysant !

🏠 Nuit en hôtel, rorbu ou logement collectif

✓ 1 heure de transfert

### Jour 2 : DIRECTION SVOLVÆR, CAPITALE DES LOFOTEN

Nous entamons notre traversée des îles Lofoten en direction de Svolvær, capitale des Lofoten. En chemin, nous réaliserons notre première randonnée, du côté du magnifique massif du Moysalen. En fin de journée nous découvrons Svolvær et son joli port.

🏠 Nuit en hôtel, rorbu ou logement collectif

✓ 3 heures de route

✓ 3 heures de marche

✓ D+ 250 m / D- 250 m



### Jour 3 : LE PORT DE STAMSUND

Aujourd'hui nous prenons la direction de l'île de Vestvågøya et le magnifique sommet du Steinnetind. Cette randonnée en boucle au-dessus du petit port de Stamsund vous permettra d'apprécier toute la richesse des paysages norvégiens. Vous emprunterez un sentier parfois aérien qui vous offrira des vues sur le Vestfjord à couper le souffle !

Enfin, nous faisons route pour Reine, port de pêche emblématique de l'île de Moskenesøya. Nous y poserons nos affaires pour les prochaines nuits.

🏠 Nuit en hôtel, rorbu ou logement collectif

✓ 3 heures de route

✓ 5 heures de marche

✓ D+ 800 m / D- 800 m



### Jour 4 : RANDONNÉE ENTRE MER ET MONTAGNE

Le programme de la journée ne pourra que vous motiver ! Nous partons plein nord en direction de la baie de Kvalvika (qui signifie « baie des baleines » en norvégien) pour randonner face à la majestueuse mer de Norvège. Après cette découverte de la baie, nous grimperons vers le sommet de Ryten, à 543 m, afin de profiter du panorama.

Enfin, nous aurons plaisir à retrouver Reine et notre confortable logement pour une nouvelle soirée de partage !

 Nuit en hôtel, rorbu ou logement collectif

- ✓ 40 minutes de route
- ✓ 5 heures de marche
- ✓ D+ 750 m / D- 750 m

### Jour 5 : VUE IMPRENABLE SUR L'ÎLE DE MOSKENESØYA

La plus emblématique balade de ce voyage d'exception approche ! Vous partirez à la conquête du sommet de Munkan (775m) qui vous offrira une vue des plus spectaculaires sur l'île de Moskenesøya. Vous apercevrez les lacs, fjords, villages de pêcheurs et montagnes.

 Nuit en hôtel, rorbu ou logement collectif

- ✓ 20 minutes de route
- ✓ 7 heures 30 de marche
- ✓ D+ 1100 m / D- 1100 m

### Jour 6 : AU SOMMET DU NARVTINDEN

Le Narvtinden sera votre objectif du jour ! Après une belle ascension, ce sommet vous offrira une vue imprenable sur les hauteurs du Selfjord mais aussi sur le lac Solbjornvatnet.

Votre journée se terminera comme les précédentes : une balade magique pour regagner votre logement.

 Nuit en hôtel, rorbu ou logement collectif

- ✓ 30 minutes de route
- ✓ 4 heures 30 de marche
- ✓ D+ 900 m / D- 900 m



### Jour 7 : L'ÎLE DE FLAKSTADØYA ET LE SOMMET DU TØNSÅSHEIA

Le transfert jusqu'à Nusfjord vous permettra de contempler les paysages sous un angle différent. Une fois arrivés à destination, vous partirez pour une belle randonnée en boucle sur l'île de Flakstadøya et ses paysages magiques. Ensuite, vous gravirez le Tønsåsheia avant de revenir par un sublime chemin en balcon au-dessus du fameux Vestfjord.

En cette veille de départ, vous prendrez la route vers Leknes, un ancien village de pêcheurs installé sur l'île de Vestvågøy, où vous passerez la soirée et la nuit.

 Nuit en hôtel, rorbu ou logement collectif



- ✓ 50 minutes de route
- ✓ 5 heures 30 de marche

- ✓ D+ : 1300 m / D- : 2000 m

#### **Jour 7 : RETOUR EN FRANCE**

Le départ matinal en direction de Narvik vous permettra de contempler une dernière fois les paysages spectaculaires des Lofoten. Vous repartirez en France avec des souvenirs inoubliables en tête !

- ✓ 5 heures de route

*Le programme et les temps de marche sont donnés à titre indicatifs. Pour des raisons de sécurité (aléas climatiques ou divers) et dans l'intérêt des participants, l'accompagnateur se réserve le droit de modifier l'itinéraire décrit ci-dessus.*

## Tarif

### **2 770 € par personne (vol inclus)**

#### **Ce qui est compris dans le prix du séjour :**

- Le vol international (au départ de Paris) et les taxes d'aéroport internationales
- L'hébergement en hôtel, rorbu ou logement collectif. En chambre double
- L'encadrement par un accompagnateur en montagne français diplômé d'Etat
- Les transferts en véhicule privé tels qu'indiqués dans le descriptif
- Les repas tels qu'indiqués dans le descriptif
- Les taxes de séjour et éventuels droits d'entrée aux sites

#### **Ce qui n'est pas compris dans le prix du séjour :**

- Le matériel personnel de randonnée et de voyage (chaussures, bâtons, sac à viande,...)
- L'assurance assistance annulation et rapatriement à souscrire lors de l'inscription
- Le supplément pour un départ en Province
- Les repas pendant les transferts aériens
- Tout ce qui n'est pas indiqué dans "le prix comprend"

## Informations complémentaires

### Inscription :

#### Par courrier :

Demandez nous une fiche d'inscription par téléphone : 04 50 89 63 32 ou 06 65 93 29 29 ou email : [contact@watse.fr](mailto:contact@watse.fr)  
Faites nous parvenir votre inscription avec une copie de votre passeport, vos coordonnées postales, téléphoniques et mail accompagnés du règlement d'acompte de 30 % du montant du voyage.

Egalement si vous souhaitez prendre une assurance annulation confort ou multirisque confort, celle-ci est à régler en même temps que l'acompte lors de l'inscription. Vous pouvez découvrir les contrats d'assurance sur notre site internet.

#### Par internet :

Réservez votre séjour directement sur notre site internet : [www.watse.fr](http://www.watse.fr) sur la page du séjour en choisissant vos options de dates et d'assurance.

Les conditions de vente de Watse sont disponibles sur le site internet [www.watse.fr](http://www.watse.fr).

**ATTENTION :** en fonction des séjours, les prix de l'aérien seront maintenus jusqu'à 3 mois avant le départ et pourront être réajustés si besoin lors d'une inscription durant cette période.

### Assurance – Assistance

Nous vous conseillons fortement de souscrire une assurance-assistance pour la durée du voyage.

Nous vous proposons deux assurances adaptées : Annulation Confort et Multirisque Confort **à souscrire lors de votre inscription au voyage**. Le détail de cette assurance peut vous être remis sur demande ou consultable sur le site internet [www.watse.fr](http://www.watse.fr).

D'autres offres existent notamment Mondial Assistance ou votre propre compagnie d'assurance ou le Club Alpin Français. Il faut bien vérifier que l'activité de trek et randonnée est couverte.

Soyez sur que votre assurance couvre, dans le cas d'accident, tous les frais médicaux.

Vous devez impérativement vérifier et vous assurer que vous bénéficiez d'une réelle couverture pour les frais de secours en montagne. Et si c'est bien le cas, vous devez nous fournir avant votre départ les informations suivantes :

- une attestation de la compagnie d'assurance stipulant la prise en compte des frais de secours en montagne.
- le numéro de contrat et, les coordonnées téléphoniques du plateau d'assistance

Faites attention aux clauses restrictives que comportent certaines assurances (notamment celles liées au cartes bancaires type Carte Visa Premier, Gold ou autres) telle que les assurances en montagne limitées aux activités neige, mal des montagnes non reconnu en tant que maladie nécessitant un rapatriement qui de fait sera refusé. Veuillez vérifier la teneur réelle de votre assurance et le cas échéant prendre les dispositions nécessaires.

### Encadrement

Encadrement par un Accompagnateur en Montagne français diplômé d'état.

### Hébergement

Les hébergements traditionnels aux îles Lofoten sont appelés *rorbus*. Ce sont des petites cabanes de pêcheurs louées à la basse saison de la pêche.

Watse vous proposera donc de dormir en partie dans ces logements choisis parmi les plus confortables. Néanmoins, afin d'assurer un confort maximum notamment avec un système de chambre doubles, nous utiliserons également des hôtels ou auberges. Toutefois, vu la grande fréquentation des îles, il peut être possible de dormir en logement collectif en cas

d'absence de disponibilité de certains hébergements.

### **Repas**

Les petits déjeuners et dîners seront majoritairement pris au logement et préparés avec soins par votre accompagnateur. Le repas du midi se composera d'un pique-nique que nous répartirons dans chaque sac des participants. Ce pique-nique sera préparé par votre accompagnateur.

### **Monnaie**

La devise en Norvège est la couronne Norvégienne Le taux indicatif est de : 1 € = 11,85 NOK Espèces : vous pouvez partir avec des euros. Le change se fait dans les bureaux de change, les banques. La Norvège est un des pays les plus chers au monde, aussi tout est très cher sur place.



## Équipement pour le voyage

### **Pour la tête**

- Casquette
- Bonnet
- Snuff
- Lunettes de soleil
- Crème solaire

### **Pour le buste**

- T-shirts à manches courtes (en laine Mérinos)
- T-shirts à manches longues (en laine Mérinos)
- Polaire ou équivalent (deuxième couche)
- Gilet Softshell ou équivalent
- Gilet Goretex (troisième couche)
- Doudoune

### **Pour les jambes**

- Pantalons de randonnée
- Pantalons en Goretex

### **Pour les pieds**

- Chaussettes confortables
- Chaussures de randonnée confortables
- Chaussures confortables pour l'hébergement

### **Pour les mains**

- Gants légers

### **Autres**

- Bâtons de randonnée
- Sac à dos
- Trousse de toilette personnelle
- Gourde d'au moins 1L
- Couteau polyvalent
- Camera