

Traversée du Parc National du Hardanger

Norvège

Code voyage : NORGS0003

Ski de randonnée nordique guidé • Voyage itinérant

8 jours • 7 nuits • Portage intégral • Niveau : 4 / 5



Voici une traversée fantastique du plus grand Parc National norvégien, celui du Hardangervidda, immense plateau de plus de 100 km de côté, dominé par l'immense calotte glaciaire du Hardangerjokulem. Elle est parmi nos itinéraires préférés ...

Un itinéraire de refuge en refuge, l'occasion de tester sa pratique du ski de randonnée nordique sur un terrain parfaitement adapté, sans dénivelé important.

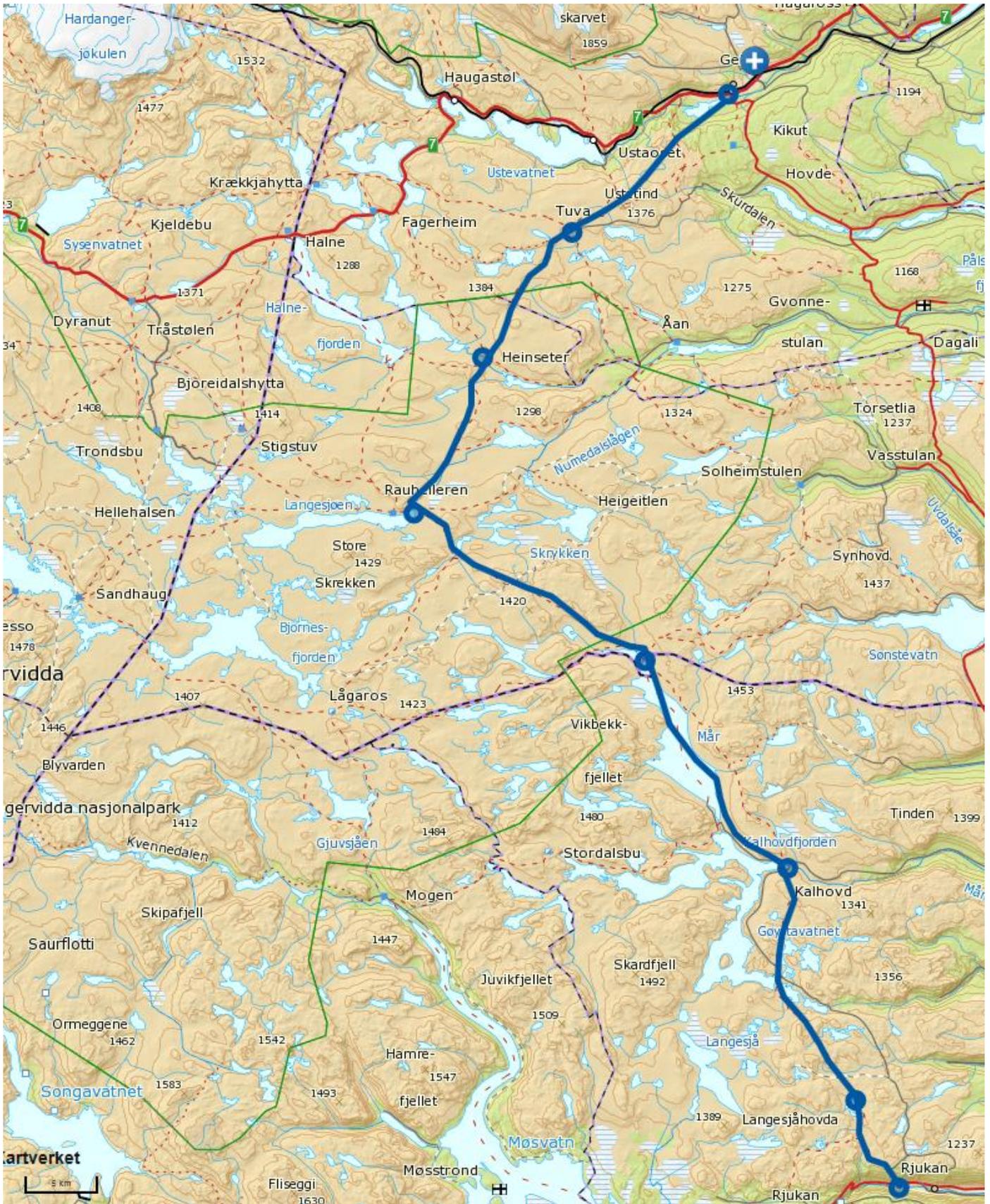
Une expérience unique et une vraie aventure nordique !

Points forts

- Un itinéraire connu depuis plus de 20 ans
- Un hébergement en refuges confortables
- Des paysages de pleine nature

Le Village 38112 Autrans-Méaudre en Vercors • Tél. : +33 (0) 4 76 95 23 00 • Fax : +33 (0) 4 76 95 24 78
Site internet : www.grandangle.fr • Blog : blog.grandangle.fr • E-mail : info@grandangle.fr

EN BREF



PROGRAMME

J1 • Paris – Oslo (Gardermoen) – Geilo

Vol Paris – Oslo, puis transfert en train, sur la fameuse ligne Oslo – Bergen, à Geilo au cœur des montagnes et hautes plateaux norvégiens. Geilo est aux portes du Parc National du Hardangervidda.

Dîner et première nuit en hôtel à Geilo.

J2 • Geilo – Tuva

Après le solide petit-déjeuner norvégien, départ à ski de Geilo à Tuva. Nous abordons les hauts plateaux du Hardanger jusqu'au refuge gardé de Tuva. Depuis le refuge, possibilité d'explorer, libres et légers, les hauts plateaux, préludes à l'immensité du plateau du Hardanger.

15 km de ski. Dénivelée : +600 m, - 150 m

Dîner et nuit au refuge gardé de Tuva.

J3 • Tuva – Heinseter – Rauhelleren

Grande traversée vers le sud de 23 km au cœur du Hardanger, qui est le plus grand et le plus sauvage Parc National de Norvège.

23 km de ski. Dénivelée : +300 m, -250 m

Dîner et nuit au refuge de Rauhelleren (gardé en mars, self-service en avril).

J4 • Rauhelleren – Mårbu

Belle traversée vers le sud-est jusqu'au refuge de Mårbu.

20 km de ski. Dénivelée : +250 m, -300 m

Dîner et nuit au refuge gardé de Mårbu.

J5 • Mårbu – Kalhovd

Traversée sud-est jusqu'à Kalhovd.

18 km de ski. Dénivelée : +200 m, -200 m

Dîner et nuit au refuge de Kalhovd (gardé en mars, self-service en avril).

J6 • Kalhovd – Helberghytta

Traversée plein sud jusqu'au refuge de Helberghytta.

22 km de ski. Dénivelée : +480 m, -480 m

Dîner et nuit au refuge non gardé (self-service) de Helberghytta.

J7 • Helberghytta – Rjukan – Oslo

Descente à Rjukan, en partie à ski, en partie avec le téléphérique pour descendre du plateau et rejoindre Rjukan, autrefois connu pour la fameuse bataille de l'eau lourde pendant la seconde guerre mondiale.

Puis nous prendrons le bus pour Oslo au terme de cette grande traversée.

8 km de ski. Dénivelée : + 100 m, -250 m

Dîner libre et nuit en hôtel à Oslo.

J8 • Oslo (Gardermoen) – Paris

Transfert à l'aéroport d'Oslo (par le train) puis retour à Paris en avion.

QUELQUES PRÉCISIONS

Attention ! Toutes les informations données, et qui ne correspondent pas à des prestations comprises dans le prix, doivent être vérifiées et n'engagent pas la responsabilité de Grand Angle.

Niveau 4 / 5

Soutenu. Itinéraire journalier de 15 à 25 km avec un dénivelé de 300 à 700 m en montée / descente. Etape de 4 à 6 h de ski sur piste damées ou hors traces. Skieur à l'aise et passe partout. La technique de base doit être maîtrisée. Vous savez gérer votre vitesse et les changements de direction. Le séjour peut se dérouler en itinérance, avec un changement d'hébergement à chaque étape.

Endurance et solidarité sont nécessaires. Le relief est peu difficile par beau temps, mais peut cependant devenir rude en cas de tempête, toujours possible sous cette latitude. Néanmoins, les journées, plus longues à cette époque, sont un gage de sécurité important.

Itinéraire

Nous pouvons parfois être amenés à modifier quelque peu l'itinéraire indiqué, notamment à cause des disponibilités dans les hôtels et refuges. Faites-nous confiance, ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et un meilleur confort !

Transport des bagages

Vous portez vos bagages. Néanmoins, votre sac peut être assez léger, car nous dormons toujours dans des refuges bien équipés. Vous n'avez donc pas à porter de nourriture (hormis le pique-nique), ni de matériel de cuisine. Prévoir un sac de 7 à 8 kg maximum.

À l'aller nous pourrions laisser à l'Oslo des affaires (dans des consignes à la gare ou à l'aéroport ; à votre charge) pour vous permettre de voyager en avion, de quoi s'alléger pour la randonnée.

Transferts

Le transfert de et vers l'aéroport de l'Oslo (Gardermoen) est compris.

Groupe

De 6 à 12 participants.

Durée

8 jours, 7 nuits, 6 jours de ski.

Encadrement

Par un moniteur de ski nordique français, diplômé d'Etat.

Confort

► Hébergement

Refuges du DNT (Den Norske Turistforening). Ces refuges très bien équipés sont gérés par l'organisme DNT, qui les a créés. Ils sont parfois gardés mais certains peuvent être en libre-service selon les périodes d'ouverture (en général 3 semaines en hiver). 2 nuits en chambre de 2 (exceptionnellement 3 en cas de nombre impair d'hommes ou de femmes) avec salle de bain, les J1 et J7.

5 nuits en refuge, en chambre collective (4 à 6 lits) ou dortoir, avec salle de bain commune.



► Restauration

Adaptée au climat et aux conditions de raid : les petits-déjeuners sont servis sous forme de buffet et les pique-niques de midi sont composés à partir de ce même buffet, suivant la mode scandinave. Les repas du soir sont servis chauds à l'hébergement. Pension complète.

Merci de nous préciser à l'inscription toute allergie alimentaire ou régime spécial ; nous ferons au mieux pour adapter vos repas.

Rendez-vous / Dispersion

► Rendez-vous

Le J1 à l'aéroport de Paris Roissy CDG.

► Dispersion

Le J8 à l'aéroport de Paris Roissy CDG.

Prolongez votre séjour

Il vous est tout à fait possible d'ajouter une nuit supplémentaire avant ou après votre séjour à vélo à Oslo. Nous consulter.

Période de départ

Départ possible de début mars à mi-avril. Plus tôt, les hébergements ne sont pas ouverts et les jours sont très courts. Plus tard, le manque de neige peut être problématique.

Votre budget

Les prix indiqués ne sont valables que pour certaines classes de réservation sur les compagnies aériennes qui desservent cette destination. Ils sont donc susceptibles d'être modifiés en cas d'indisponibilité de places dans ces classes au moment de la réservation.

Taxes d'aéroport, de sécurité et surcharge carburant (= taxes aériennes) : elles sont susceptibles de réajustement sans préavis jusqu'à l'émission des billets (environ 30 jours avant le départ).

Prix sans les vols : déduire 200 € ; nos prestations commencent alors à la gare de Gardemoen (attention aux horaires de train pour Geilo).

Attention ! Si vous prenez les vols de votre côté, merci de prendre au préalable contact avec nous, pour que vos vols arrivent/repartent à peu près en même temps que le reste du groupe : à l'arrivée comme au retour, les vols sont couplés avec des trains ou bus.

► Les prix comprennent

- le vol aller-retour Paris – Oslo
- les taxes aériennes
- l'hébergement
- la nourriture du dîner du J1 au petit-déjeuner du J8 (sauf le dîner du J7 à Oslo)
- les transferts internes
- l'encadrement
- les taxes de séjour

► Les prix ne comprennent pas

- le transport des skis par avion
- le prêt du matériel
- les boissons
- le repas du soir à Oslo (le dîner du J7)
- les dépenses personnelles
- les assurances

- les frais d'inscription
- tout ce qui n'est pas indiqué dans " Les prix comprennent "

Assurances

Vous pouvez souscrire, par l'intermédiaire de GRAND ANGLE, une assistance rapatriement, une assurance annulation seule, une assurance multirisque ou une assurance complémentaire CB : assurances facultatives.

1/ L'assistance rapatriement, contrat n°4310 comprend les frais de recherche et de secours, une assurance "frais médicaux" et une assistance rapatriement

2/ L'assurance annulation + interruption de séjour, contrat n°4311 vous couvre hors frais d'inscription et hors taxes aériennes.

Elle vous rembourse les frais d'annulation retenus par Grand Angle selon les conditions d'annulation générales de vente (<https://www.grandangle.fr/conditions-vente>) et/ou conditions particulières de vente de votre contrat de voyage.

3/ L'Assurance annulation + interruption de séjour + assistance rapatriement (multirisque), contrat n°4312

4/ L'assurance complémentaire CB, contrat n°4313 vous est proposée pour l'achat d'un séjour avec une Carte Bancaire proposant des garanties Annulation et Assistance Rapatriement (Gold Mastercard, Visa Premier, Infinite Platinum).

Elle vous rembourse la franchise et la part des dommages excédant le montant indemnisé par votre assurance CB.

Ces contrats sont souscrits pour vous auprès du groupe Assurinco. Leur tarif varie en fonction du type d'assurance choisi et du montant de votre voyage.

Se référer à notre site internet <https://www.grandangle.fr/en-pratique/etre-bien-assure>

Pour les personnes ayant leur domicile légal et fiscal hors Europe occidentale ou dans les COM, DROM, POM, Grand Angle peut leur proposer un contrat spécifique « impatriés », contrat n°2142 offrant une garantie annulation et/ou assistance rapatriement (sur demande)

Grand Angle n'intervient que comme intermédiaire entre vous et Assurinco.

Il vous appartient, en cas de sinistre, d'effectuer les démarches nécessaires auprès de l'assurance.

Location de matériel

Pas de location sur place.

Il faut venir avec son matériel : de bons skis nordiques à écailles, à carres, avec chaussures adaptées et peaux de phoques (peaux autocollantes).

Location possible de peaux autocollantes : 20 € la paire. **Nous prévenir à l'avance.** Nous pouvons vous les apporter de France (pas possible sur place).

Vols

Vols réservés (à l'aller et au retour entre Paris et Oslo), fonction des dates de départ, sur les compagnies régulières suivantes : Air France / HOP (vol direct), Norwegian (vol direct), ou équivalent. Prévoir de se présenter au moins 2 h avant le départ à l'aller ; prévoyez également du temps pour récupérer vos bagages au retour si vous devez continuer en province.

Départ (de Paris) à priori le matin, et retour en fin de journée (à Paris).

Pour les départs de province (et de Genève et Bruxelles), une demande spéciale doit nous être adressée. Dans ce cas, fonction des horaires et des disponibilités, le vol peut être opéré par d'autres compagnies. Prévoir un surcoût qui sera précisé en cas de confirmation de votre part. Si vos heures d'arrivée / départ ne correspondent pas à ceux des vols de Paris, vous voyagerez seuls jusqu'à Geilo. Nous consulter, nous ferons au mieux pour vous arranger.

Une convocation individuelle est envoyée à chaque participant, en général un mois avant le départ du voyage. Cette convocation reprend dans le détail l'ensemble des vols internationaux liés à ce voyage.

Nos prix sont basés sur des **vols en classe économique** ; en cas de manque de disponibilité dans ces classes-là au moment de la réservation (notamment en cas de réservation tardive), nous pouvons être amenés à vous soumettre un supplément.

Vos skis en soute

Attention ! La compagnie Air France autorise un seul bagage en soute par passager, pour un poids maximum de 23 kg ; si vous avez plusieurs bagages ou que vos bagages pèsent plus de 23 kg, vous devrez payer un supplément, directement à l'aéroport.

Votre équipement de ski est désormais considéré comme un bagage ; il doit être dans une housse, il ne doit pas dépasser 23 kg.

Si c'est votre seul bagage, ce sera gratuit.

Si la housse vient en plus de votre bagage, vous devrez réserver et régler le transport du bagage supplémentaire à l'avance sur le site web de la compagnie. A l'aéroport, cela vous coûtera plus cher !

Sur la compagnie Norwegian, 2 bagages en soute sont compris dans le prix du vol mais le transport de la housse de ski doit être réglé en plus : 55 € / housse si payé en ligne à l'avance (tarif donné à titre indicatif, à vérifier auprès de la compagnie aérienne).

Baignade

Un certain nombre de nos voyages se prêtent à la baignade, en cours d'étape ou en fin de journée. Ce serait dommage de ne pas en profiter. Nous soulignons cependant que vous êtes seuls juges de l'opportunité d'une baignade ; ces baignades se font donc sous votre responsabilité et à vos risques et périls.

Photos

Vous faites de belles photos ! N'hésitez pas à nous envoyer un CD, une clé USB, un lien [Dropbox](#) ou [WeTransfer](#) de vos plus belles photos réalisées lors de votre voyage. Le fait pour vous de nous communiquer des photos implique que vous acceptez que vos photos soient utilisées à titre gracieux sur nos différents supports (catalogue, site internet, fiche technique, etc...).

Récit de voyage

Vous souhaitez partager vos meilleurs moments du voyage et faire profiter de votre expérience la communauté de randonneurs ? Transmettez-nous votre récit et quelques photos illustrant vos propos que nous publierons pour vous sur notre blog.

Tourisme responsable

► Agir pour un Tourisme Responsable - label ATR

Grand Angle est un membre actif de l'association ATR « Agir pour un Tourisme Responsable », dont la conformité avec le label a été vérifiée par Ecocert Environnement.

Les valeurs communes du label, partagées par tous ses membres, sont représentées par : la transparence (entre le client et l'agence de voyage), le partenariat (entre les prestataires locaux et l'agence de voyage) et la cohérence (synonyme de bonne communication au sein de l'équipe de l'agence de voyage).

Être membre d'ATR nous engage à :

- Promouvoir un tourisme de qualité
- Respecter l'environnement, le patrimoine et les populations locales
- Sensibiliser les voyageurs aux coutumes locales
- Informer les voyageurs en toute transparence sur leurs conditions de voyage

Pour plus d'information sur [l'association ATR](#).

Pour préparer au mieux votre voyage, nous vous invitons à prendre connaissance de la [charte éthique du voyageur](#).

► La Charte Européenne du Tourisme Durable dans les Espaces Protégés

En 2014, Grand Angle a été l'un des premiers tours opérateurs à être certifié au titre de la Charte Européenne du Tourisme Durable, créée et développée par Europarc, la Fédération des espaces protégés européens, regroupant Parcs Naturels Régionaux, Parcs Nationaux et réserves naturelles.

La Charte Européenne a pour vocation de développer sur des espaces protégés un tourisme de qualité, durable et responsable, dans le respect de l'homme et de son environnement. Être certifié au titre de la CETD est une reconnaissance de notre engagement dans le tourisme et le développement durables ancrés sur les territoires, sur les plans économique, social et environnemental.

La certification est une attestation de la confiance que portent les Parcs à notre entreprise et à sa démarche. Le partenaire de Grand Angle dans cette certification est le [Parc Naturel Régional du Vercors](#).

En savoir plus sur la [Charte Européenne de Tourisme Durable](#).

À EMPORTER DANS VOS BAGAGES

Équipement

PROSCRIRE LE COTON pour l'effort qui, bien que confortable, devient très froid lorsqu'on a transpiré.

- Sous-vêtements :

Pour le haut : 1^{ère} couche en laine mérinos, type Icebreaker, 200 à 250 g (idéal pour rester au chaud et avoir des sous-vêtements sans odeur.)

Pour les jambes : 1^{ère} couche en laine mérinos, type Icebreaker, 200 à 250 g

- Un équipement de ski nordique, pantalon de ski (adapté aux mouvements) ou montagne, etc.
- 3 ou 4 paires de chaussettes adaptées (Icebreaker en laine Mérinos ou autre, mais la laine Mérinos, outre son pouvoir calorifique ne laisse pas d'odeur)
- Une veste polaire minimum 200 g au m²
- Une veste Goretex (important contre le vent), ou un coupe-vent imperméable laissant passer la transpiration
- Un surpantalon goretex et une paire de guêtres (facultatif)
- Un bonnet + un « bœuf » (foulard permettant de se masquer le visage)
- Une bonne paire de moufles, des gants chauds (ajouter une paire de gants de soie)

Nota : les vêtements techniques synthétiques sont très performants. De nouveaux vêtements en laine de mérinos sont aussi apparus ; ils sont très performants et agréables à porter, et présentent l'avantage de ne pas développer les odeurs de transpiration (marque Icebreaker, Ruka, etc...) !

Matériel de ski nordique (location possible en France)

- Une paire de skis, 55 à 65 mm de large, à écailles, à carres. Les descentes ne sont pas difficiles mais peuvent le devenir si la neige se transforme. Peu de chance (ou malchance) de la voir se transformer à ces dates.
- Les peaux autocollantes qui vous permettront de franchir plus facilement les petits cols que nous rencontrerons. Elles sont aussi un gage de sécurité car moins de fatigue et moins d'énergie dépensée
- Bâtons métalliques (sinon, gare à la casse), télescopiques (2 brins, avec panier assez large)
- Chaussures de ski nordique montantes, chaudes et imperméables + éventuellement, sur-chaussures (mais actuellement les chaussures sont de bonne qualité)

Contre le soleil

- Lunettes de soleil (type glacier) + masque de ski alpin (indispensable en cas de mauvais temps !)
- Crème solaire et protection lèvres (indice élevé)

Vêtements

- Un duvet compact de bonne qualité (indispensable, à mettre dans votre sac à dos)
- Vêtements de rechange pour le soir et linge personnel
- Une lampe de poche ou une frontale avec piles de rechange
- Une paire de tennis pour le soir
- Trousse de toilette
- Un maillot de bain
- Une mini-pharmacie : médicaments personnels, élastoplaste, bio gaze ou "2ème peau", gaze, désinfectant, arnica en granules et aspirine en cas de petits bobos ...

Bagages

- Un sac à dos confortable de 40 à 50 litres maximum pour porter vos affaires personnelles et le pique-nique durant la journée

INFORMATIONS PRATIQUES

Le pays

La Norvège a une superficie de 385 000 km², pour une population de 5,4 millions d'habitants.

Capitale : Oslo

Formalités

► Papiers

Les voyageurs, mineurs inclus, doivent être en possession d'une carte nationale d'identité ou d'un passeport (ressortissants de l'UE).

► Santé

Se munir de la carte européenne d'assurance maladie, à demander à votre caisse d'assurance maladie au moins 15 jours avant le départ. Les conditions sanitaires sont analogues à celles de la France.

Adresses utiles

Office National du Tourisme de Norvège

16 rue Washington

75008 Paris

Téléphone : 01 56 59 20 40

Téléphone

Code téléphonique depuis la France pour la Norvège : 00 47

Code téléphonique depuis la Norvège pour la France : 00 33

Décalage horaire

Il n'y a pas de décalage horaire avec la France.

Climat

Il peut faire froid jusqu'à - 25°C, mais le climat sec et stable permet de très bien supporter ces conditions. Cependant, sous cette latitude, et lors de la traversée des montagnes dénudées, le vent et la neige peuvent rendre les conditions difficiles.

En Norvège, l'expression « désert blanc » prend toute sa force. Du désert, la Norvège a l'isolement et l'espace. Le ski est le moyen idéal de traverser ces espaces.

Langue

2 langues officielles : le Bokmål ou Rikmål issu du Danois, parlé par les 2/3 de la population et le Nynorsk ou Landsmål issu des dialectes Norvégiens. Mais tout le monde (ou presque) parle anglais !

Sur le Hardanger, vous n'aurez pas beaucoup l'occasion de pouvoir mettre en pratique ...

Devise

La Couronne norvégienne. 1 NOK = 0,095 € / 1 € = 10,53 NOK

Bibliographie

Guides Bleu et Nagel sur la Norvège.

Pays Nordiques, d'Annick et Serge Mouraret, aux éditions La Cadole.

Cartes : KÜMMERLY & FREY, Norvège du Nord, carte au 1/400000ème, feuille n°2 : on y visualise l'ensemble de l'itinéraire. On peut acheter d'autres cartes plus détaillées sur place.

Carte numérique : www.norgeskart.no

Divers

► Le renne, l'Élan ...

Animal sauvage ou semi-domestique, le renne fait partie du paysage, en participant à sa magie et à son authenticité. Moins présent qu'en Laponie, on peut toutefois en rencontrer parfois et même de très nombreux !

L'Élan, plus solitaire, est plus difficile à voir, mais aussi beaucoup plus impressionnant !