



NORVÈGE

# Ejords et montagnes du sud norvégien



Randonnée



À partir de 1 790 €



Durée 8 jours

Prochain départ  
05/06/2022

Niveau Facile



## Descriptif :

Ce voyage dans le sud de la Norvège est idéal pour découvrir, en 8 jours seulement, cette région bucolique théâtre d'une nature grandiose. Vous découvrirez, les hauts plateaux montagneux du Parc national du Jotunheimen et les fjords profonds de Geiranger et de Sogn, bras de mer d'un bleu profond dominés par la blancheur des glaciers. Vous aurez la chance de parcourir la Trollstigen, la route des Troll, une expérience unique et indispensable dans un pays qui mixe à merveille mer et montagne.



## Les points forts :

- Découverte des fjords et glaciers
- Randonnées dans les plus beaux parcs nationaux
- Visite de Bergen et Alesund

**Budget :**

Du	Au	Prix TTC par pers.	Départ confirmé
05/06/2022	12/06/2022	1 790 €	Dès 5 inscrits
12/06/2022	19/06/2022	1 790 €	Dès 5 inscrits
19/06/2022	26/06/2022	1 790 €	Dès 5 inscrits
26/06/2022	03/07/2022	1 840 €	Dès 5 inscrits
03/07/2022	10/07/2022	1 840 €	Dès 5 inscrits
10/07/2022	17/07/2022	1 840 €	Dès 5 inscrits
17/07/2022	24/07/2022	1 890 €	Dès 5 inscrits
24/07/2022	31/07/2022	1 890 €	Dès 5 inscrits
31/07/2022	07/08/2022	1 890 €	Dès 5 inscrits
07/08/2022	14/08/2022	1 890 €	Dès 5 inscrits
14/08/2022	21/08/2022	1 840 €	Dès 5 inscrits
21/08/2022	28/08/2022	1 790 €	Dès 5 inscrits
28/08/2022	04/09/2022	1 790 €	Dès 5 inscrits
04/09/2022	11/09/2022	1 790 €	Dès 5 inscrits

### Le prix comprend :

- Vol Paris / Oslo / Alesund et Bergen / Paris (vol réguliers)
- Les taxes aériennes
- Les transferts sur place et le transport des bagages
- L'hébergement : nuits en chalet norvégien, refuge et auberge de jeunesse
- La pension complète sauf dans les villes de Alesund et Bergen.
- L'encadrement par un guide accompagnateur 66°Nord

### Le prix ne comprend pas :

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne
- La compensation carbone pour votre voyage en Norvège: 5€ par personne
- Les prix indiqués sont établis en fonction, notamment, de certaines classes de réservation sur les compagnies aériennes qui desservent cette destination. Il se peut que cette classe désignée ne soit plus disponible au moment de la réservation, auquel cas nous pouvons être amenés à modifier le prix du voyage moyennant un supplément.

### A payer sur place :

- Les dépenses personnelles
- Les boissons
- Les repas des : J1 (soir) à Alesund et J7 à Bergen (~ 25 euros / repas) ou l'inverse.
- Les repas et boissons durant les vols internationaux : la compagnie SAS ne fournit pas de repas à bord
- Les entrées dans les sites et musées (~ 25 euros)

### Assurances au choix

- Assurance assistance rapatriement : 2,5 % du voyage par personne
- Assurance multirisque : 4,1 % du voyage par personne
- Assurance premium (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.) : 5 % du voyage par personne



Jour par jour

## **Jour par jour :**

#### JOUR 1

### 📍 Vol Paris / Ålesund.

Première nuit dans la charmante ville d'Ålesund. Cette ville portuaire entourée de fjords et de montagnes est renommée pour son architecture de style art nouveau. Elle constitue une entrée en matière de choix pour notre voyage. Dîner libre en ville.

🏠 Hébergement : [Guesthouse](#)

NB : le dîner est libre.

---

#### JOUR 2

### 📍 Geiranger / Dyrdaalen

Nous partons à la découverte des fjords norvégiens par la célèbre « Trollstigen » la route des trolls, avec ses points de vue à couper le souffle cette route serpente au cœur des montagnes norvégiennes pour rejoindre l'un des plus beaux fjords du monde, Geiranger. Fjord classé au patrimoine mondial de l'UNESCO. En après midi nous marchons sur les hauteurs de la ville pour atteindre les points de vue qui dominent ce fjord magnifique.

🏠 Hébergement : [Chalet](#)

🚗 Transport : [200 km](#)

📈 Dénivelé positif : [250 m](#)

📉 Dénivelé négatif : [250 m](#)

👟 Marche : [2 h](#)

---

#### JOUR 3

### 📍 Fjord Geiranger, village de Lom et ses environs

Nous prenons aujourd'hui la direction du village de Lom célèbre pour sa traditionnelle église en bois debout. Au moyen âge alors que d'immenses cathédrales de pierres étaient érigées partout en Europe, la Norvège fut le théâtre d'une tout autre prouesse architecturale... Nous découvrons également les fermes typiques de ce secteur et partons randonner sur les hauteurs de la ville afin de profiter des magnifiques points de vue qui s'offre à nous. En fin de journée, nous rejoignons notre hébergement ou nous passerons deux nuits dans une ambiance de haute montagne au pied des glaciers.

🏠 Hébergement : [Chalet](#)

🚗 Transport : [150 km](#)

---

#### JOUR 4

### 📍 Randonnée au Galdhoppingen: sommet de la Norvège

Nous prenons la route pour pénétrer dans le plus célèbre parc national de Norvège, le Jotunheimen. Au départ d'un refuge d'altitude, nous effectuons une courte randonnée vers le plus haut sommet de Norvège, le Galdhoppigen et sa calotte de glace qui culmine à près de 2500 m d'altitude. Cette montagne symbolise à elle seule la relation privilégiée que la Norvège entretient avec ses montagnes. En fin de journée nous retrouvons notre hébergement pour la nuit.

🏠 Hébergement : [Chalet](#)

🚗 Transport : [10 km](#)

⬆️ Dénivelé positif : [430 m](#)

⬇️ Dénivelé négatif : [430 m](#)

👟 Marche : [4 h](#)

---

#### JOUR 5

### 📍 Fjord de Lustra

Ce matin, nous partons en direction du fjord de Lustra qui forme l'un des nombreux bras que constituent le gigantesque Sognefjord, long de plus de 200 kilomètres. Nous effectuons une randonnée facile sur les hauteurs du fjord. Visite optionnelle de l'église en bois debout d'Urnes la plus ancienne église en bois debout de Norvège. En fin de journée, nous nous installons dans le parc national de Jostedal et ses nombreux glaciers.

🏠 Hébergement : [Chalet](#)

🚗 Transport : [120 km](#)

⬆️ Dénivelé positif : [120 m](#)

⬇️ Dénivelé négatif : [120 m](#)

👟 Marche : [3 h](#)

---

#### JOUR 6

### 📍 Glacier de Jostedal

Randonnée jusqu'au glacier du Nigardsbreen où nous aurons la chance d'aborder le parc du Jostedal sous un autre angle. Nous remontons la vallée de Jostedal lors d'une belle balade le long du lac glaciaire dans lequel se jette le glacier du Nigardsbreen.

Visite libre du musée du parc national de Jostedal breen et retour à notre hébergement.

🏠 Hébergement : [Chalet](#)

⬆️ Dénivelé positif : [200 m](#)

⬇️ Dénivelé négatif : [200 m](#)

👟 Marche : [3 h](#)

---

## JOUR 7

### 📍 Aurlandfjord-Nærøyfjord et Bergen

Nous rejoignons aujourd'hui le Sognefjord jusqu'au village de Sogndal bordé de fermes et de vergers. Traversée en ferry du fjord dans des paysages de carte postale, qui nous amènera sur la rive sud dans le joli hameau d'Aurland en bordure de fjord. Randonnée sur les hauteurs de l'Aurlandfjord pour bénéficier du panorama exceptionnel depuis Hovdungo, point de vue sur le fjord et ses environs. Transfert jusqu'à Bergen dans l'après-midi. En chemin, nous aurons la chance de profiter de la vue sur le Nærøyfjord, second fjord norvégien classé au patrimoine mondial de l'UNESCO. Balade en ville en soirée dans le quartier hanséatique. Dîner libre en ville.

🏠 Hébergement : Hôtel

🚗 Transport : 300 km

📈 Dénivelé positif : 350 m

📉 Dénivelé négatif : 350 m

👟 Marche : 3 h

NB : le dîner est libre.

## JOUR 8

### 📍 Bergen - Paris

Transfert vers l'aéroport et vol retour vers Paris.

**66° Nord est membre du groupe Altaï, réseau d'agences locales nature et aventure implanté dans 30 pays. Afin de vous offrir un plus grand nombre de départs garantis, ce voyage est proposé par d'autres entreprises du groupe Altaï : Atalante le spécialiste du trek, Huwans le spécialiste du voyage d'aventure, et 66° Nord Norvège, notre agence locale.**

#### **Remarque itinéraire :**

**L'itinéraire, les distances et les temps de marche sont donnés à titre indicatif. Ils peuvent être modifiés en fonction de l'état des routes, des conditions météo et du rythme du groupe. Dans ce cas notre expérience du terrain nous conduira à choisir la meilleure solution.**

**Ce séjour peut s'effectuer dans le sens Ålesund-Bergen ou dans le sens Bergen-Ålesund. Cela ne change en rien le déroulé du voyage et les activités / visites effectuées.**

#### **Programmation 2021**

**Départs dans le sens Bergen - Ålesund: 13/06 - 27/06 - 11/07 - 25/07 - 08/08**

**Départs dans le sens Ålesund- Bergen : 20/06 - 04/07 - 18/07 - 01/08 - 15/08**

## Les excursions facultatives :



### Nuit supplémentaire à Oslo

Terminez votre séjour en beauté avec une escale à Oslo. Votre hôtel est situé au coeur de la ville, à deux pas de la station National Theater.

Du musée Munch au musée de la culture populaire, du Fram au Kon-tiki, du parc Vigeland à l'Oslo Marka, ce ne sont là que quelques exemples de tout l'intérêt que comporte Oslo.

--

Chambres avec sanitaires privatifs (prix par nuit) :

130€ : chambre simple

80€ Par personne : chambre double

Petit déjeuner inclus



### Traversée du sud Norvégien en train et visite d'Oslo

Terminez votre séjour en liberté par un trajet en train entre Bergen et Oslo. Les 500 kilomètres à travers les montagnes du sud Norvégien vous offriront de superbes panoramas. A Oslo, deux nuits vous sont réservées dans un hôtel trois étoiles du centre ville. Le Musée du Munch, du Fram et du Kon-tiki, ne sont que exemple de l'intérêt que présente Oslo.

Trajet en train + 2 nuits à Oslo en hôtel confort :

Base single : 380€

Base double : 300€ par personne

Petit déjeuner inclus



### Croisière à...lesund - Geiranger sur l'Express côtier

Embarquez à bord du mythique Express côtier à...lesund. Profitez d'une descente magique du Storfjorden conclue par une arrivée dans le Fjord de Geiranger, classé à l'UNESCO. Vous retrouvez votre guide et le groupe à la sortie du bateau. Selon le sens de votre circuit vous pouvez réaliser le parcours à l'envers (Geiranger - à...lesund).

--

Réservation obligatoire.

Départ d'à...lesund à 10:15, arrivée à Geiranger à 14:15.

Départ de Geiranger à 14:30 arrivée à à...lesund à 18:30

Prix 100€ / personne





## Bergen-Flam en bateau sur le fameux Sognefjord

Embarquez à bord du bateau rapide pour une croisière d'exploration sur le plus long et plus profond fjord de Norvège, le Sognefjord. En chemin, vous passez à l'embouchure du Nàrà, yfjord classé à l'UNESCO. Vous retrouvez votre guide et le groupe à l'arrivée. Selon le sens de votre circuit vous pouvez réaliser le parcours à l'envers (Flam- Bergen).

--

Réservation obligatoire.

Départ de Bergen à 8:00, arrivée à Flam à 15:30.

Départ de Flam à 15:30, arrivée à Bergen à 20:45.

Prix 130€ / personne

+ En savoir +

## Détail du voyage

### Nombre de participants

De 5 à 15 participants

---

### Niveau

Ce voyage en Norvège est accessible à tous. Balades et randonnées faciles de 1h à 4h de marche avec des dénivelés excédant rarement 300 mètres et entrecoupées de trajets en véhicule.

Pas de difficulté technique. Cependant, la météo norvégienne est parfois capricieuse ; elle peut évoluer rapidement et rendre plus difficile la randonnée.

---

### Encadrement

Installée en Norvège depuis de nombreuses années, notre agence 66° Nord Norvège vous garantit une expérience de voyage actif réussie, grâce à nos guides et à nos infrastructures logistiques. Pendant votre voyage, vous êtes accompagné par nos guides de trek 66° Nord, mobilisés à 100% pour vous faire découvrir des endroits insolites en pleine nature. Laissez-vous guider...

---

## Alimentation

Malgré les 68° de latitude Nord, nous nous efforçons de proposer des fruits et des légumes frais quotidiennement. Après un petit déjeuner copieux, le pique-nique est toujours composé d'aliments locaux : sandwiches, salades, fruits, gâteaux et fruits secs... préparés par vos soins le matin.

Le soir, les repas sont pris et préparés en commun avec votre accompagnateur en fonction des produits disponibles dans les magasins locaux.

Pendant votre séjour, vous aurez l'occasion de goûter le saumon grillé ou fumé (laks), les crevettes cuites à l'eau (reker) ou fraîches (ferske reker) et le torsk (cabillaud).

N'oubliez pas que vous sortez de l'Union Européenne et que vous bénéficiez encore de produits détaxés à l'aéroport avant votre embarquement (la Norvège n'étant pas dans l'Union Européenne). Alcools et cigarettes sont hors de prix en Scandinavie, car taxés au maximum dans un esprit de dissuasion.

---

## Hébergement

Dans les villes, nous dormons en guesthouse ou auberge de jeunesse (chambres de 2 à 8 pers, sanitaires à partager).

En montagne et dans les fjords : l'hébergement se fait en gîte (gîte avec chambre de 4 à 6 lits) ou en hytters. Les hytters sont des chalets utilisés très fréquemment dans les campings norvégiens.

Les hébergements sont rares et le plus souvent de petite taille. De plus, la belle saison étant courte (environ deux mois), il est difficile de se loger durant l'été. Malgré un effort permanent dans le choix des hébergements, le niveau de confort et d'équipement des gîtes reste variable. Tous les gîtes disposent des éléments suivants : chauffage, douches chaudes, sanitaires, salle à manger commune et cuisine équipée.

Lorsque les douches sont payantes, vous disposerez d'un jeton par jour par personne pour prendre votre douche.

Pour le couchage, vous devez impérativement vous munir d'un drap sac et un drap-housse ainsi que d'une taie d'oreiller, car seules les couvertures sont fournies dans les hébergements.

---

## Déplacement

Pédestre, ferry, minibus privé et taxi.

Vous bénéficierez durant votre séjour d'un minibus privé de 9 places qui vous accompagnera durant le séjour. Si vous êtes plus nombreux, vous aurez 2 minibus 9 places pour l'ensemble du groupe avec chauffeurs et guides.

Votre billet d'avion électronique sera à votre disposition 8 à 10 jours avant le départ, sur votre espace client, dont vous recevrez identifiant et mot de passe à l'inscription.

Vol international Paris - Oslo (Norvège), escale à Oslo et vol intérieur vers votre destination finale.

Nous utilisons soit la compagnie régulière SAS ou Norwegian : services comparables sur les deux (type d'avion, fiabilité, repas et boissons alcoolisées payantes).

---

## Budget & change

La Norvège, avec un PIB par habitant de 38597 \$ (France 23474 \$) est le pays disposant du plus haut niveau de vie au monde, ceci à malheureusement pour conséquence, d'en faire également le pays le plus cher au monde (avant même le Japon) ! Malgré tous nos efforts pour obtenir les meilleurs prix sur place, les prestations (hébergements, transports, activités, ...) restent chères et ne peuvent être, en aucun cas, comparées avec celles obtenues dans les pays économiquement pauvres (Asie, Amérique du Sud, Afrique du Nord, etc.) Prévoyez un budget pour les boissons, les entrées dans les sites et musées et les activités en extra.

Les cartes de crédit internationales sont acceptées dans la plupart des commerces, à Oslo comme dans le reste du pays. Ces paiements peuvent éventuellement être soumis à des frais, selon votre banque.

On ne peut pas acheter ou vendre de couronnes norvégiennes hors de Norvège ou à un taux très désavantageux et les euros ne sont pas acceptés en Norvège. Nous vous conseillons de retirer de l'argent à un distributeur automatique (ATM) à votre arrivée à l'aéroport, et de faire ensuite de la petite monnaie dans un commerce.

Si vous souhaitez tout de même acheter de la monnaie locale en changeant des euros sur place, vous trouverez un bureau de change à l'aéroport (nous n'avons pas le temps de nous y arrêter lors des arrivées du week-end), ou à l'office du tourisme (mais à un taux désavantageux) et dans les banques (fermées le week-end).

Taux de change: 1€ équivaut à 9.3 Nok (1/01/2016)

---

## Pourboires

Vous êtes libres de donner un pourboire à votre guide si vous êtes satisfait de la prestation.

---

## Equipement



## Vêtements à prévoir

Les vêtements des pieds à la tête :

- Une paire de chaussures de trekking pour les randonnées. Elles doivent réunir trois qualités : solidité, bonne tenue du pied et de la cheville (tiges hautes) et imperméabilité. Choisissez des chaussures à semelles antidérapantes, à crampons et relativement rigides, elles doivent bien accrocher au terrain.

- Des paires de chaussettes de laine

- Une veste de montagne ou un bon anorak imperméable

- Une veste en duvet (facultatif)

Les vestes les plus performantes contre le vent et la pluie sont en Gore-tex ou Micropore, matière "respirante" qui permet l'évacuation rapide de la transpiration.

- Des pull-overs chauds ou fourrures polaires. Cette dernière a l'avantage d'être résistante, chaude, légère ; elle sèche rapidement et offre un contact doux. Les plus adaptées, bien connues des montagnards, sont les fibres Polartec, Carline et Ulfrotté.

- Une chemise chaude en laine ou une carline

- Des sous-vêtements haut et bas. C'est la première isolation que vous aurez, soignez-la. Des fibres techniques fines, comme la Carline ou la Polartec sont très efficaces, chaudes, souples, confortables et légères. Elles sèchent très rapidement.

- Un pantalon de trek imperméable

- Un maillot de bain

- Un survêtement pour la nuit

- Deux paires de gants et bonnet de laine



PARTEZ BIEN  
ÉQUIPÉ(E) AVEC

MOUNTAIN  
HARD  
WEAR

**-20%**

A l'achat d'un voyage  
66 Nord, bénéficiez  
de -20% sur  
l'équipement

### MOUNTAIN HARD WEAR

Équipement outdoor, hautes performances

Mountain Hardwear est le partenaire équipement de 66°Nord. Mountain hardwear propose des vêtements et équipements outdoor très performants, utilisant les meilleurs matériaux et technologies, vous assurant le meilleur équipement pour vos voyages et randonnées. Plus que partout ailleurs, dans le Grand Nord, il est important d'être bien équipé. N'oublions pas le dicton Norvégien « Il n'y a pas de mauvais temps, juste de mauvais vêtements ».

[Je m'équipe](#)



## Équipement à prévoir

- Un drap sac et un drap housse + 1 taie d'oreiller car seules les couvertures sont fournies dans les hébergements.
  - Des lunettes de soleil haute protection
  - Une trousse de pharmacie personnelle
  - une serviette de toilette
  - Un couteau
  - De la crème de protection solaire (visage et lèvres)
  - Une gourde de 1 litre minimum
  - Des sacs plastiques pour l'étanchéité de vos affaires
  - Un tupperware avec couverts
  - Des bâtons de marche (en option)
  - Des guêtres (en option)
  - Un thermos
  - Un bloc-notes
  - Un appareil photo
- 



## Bagages

L'ensemble de vos bagages doit être réparti dans 2 sacs :

Prévoir un sac de voyage à roulette avec l'ensemble de vos affaires dans un volume n'excédant pas les 80L car vous serez amenés à vous déplacer en centre ville avec vos bagages pour rejoindre les transports.

Un petit sac à dos (contenance environ 40L) pour vos affaires de la journée : pull, t-shirt de rechange, gourde, pique-nique de midi, lunettes, petit matériel, sac poubelle plastique... Ce sac à dos vous accompagnera en bagage cabine dans l'avion. Pensez à y mettre vos affaires de premières nécessité au cas où un retard dans l'acheminement de vos bagages surviendrait.

---



## Pharmacie

Votre accompagnateur disposera d'une pharmacie de première urgence. Toutefois, il est recommandé d'apporter vos médicaments personnels (aspirine, pansements, désinfectant local, coton, etc.).

Demander le formulaire E 111 à votre caisse CPAM, cela ne coûte rien et peut toujours servir.

---

## Formalités & santé

## Passeport

Passeport ou carte d'identité impérativement valide (vérifier la date d'expiration dès maintenant).

Depuis le mois d'octobre : la Belgique et la Norvège ont annoncé qu'elles ne reconnaissent pas la validité des cartes françaises dont la date faciale était dépassée.

ATTENTION, à partir du 15 janvier 2017, un enfant qui voyage à l'étranger sans être accompagné de l'un de ses parents doit présenter les 3 documents suivants :

- Pièce d'identité valide du mineur : carte d'identité ou passeport + visa éventuel en fonction des exigences du pays de destination (à vérifier en consultant les fiches pays du site [diplomatie.gouv.fr](http://diplomatie.gouv.fr))
- Photocopie du titre d'identité valide du parent signataire : carte d'identité ou passeport
- Formulaire d'autorisation de sortie du territoire signé par l'un des parents titulaire de l'autorité parentale.

Pour tout complément d'informations: <https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1359>

---

## Visa

Pas de visa obligatoire pour les ressortissants européens.

---

## Carte d'identité

Carte d'identité impérativement valide (vérifier la date d'expiration dès maintenant).

La Norvège ne reconnaît pas la validité des cartes françaises prorogées de cinq ans.

---

## Vaccins

Aucune vaccination exigée.

---

## Recommandations sanitaires

Avant votre départ, pensez à vous procurer la Carte Européenne d'Assurance Maladie (CEAM) : elle vous permet de bénéficier de la prise en charge des soins médicaux nécessaires au cours de votre séjour

---

# “ *Velkommen til Norge* ”

Bordée par la mer du Nord et façonnée par les glaces, la Norvège est le fruit d'une parfaite rencontre entre mer et montagne. Les précédentes ères glaciaires ont façonné ces larges et profondes vallées invitant ainsi la mer à entrer dans les terres. Véritables joyaux de la nature, ces fjords constituent aujourd'hui l'âme de la Norvège et offrent au voyageur de spectaculaires instants de contemplation. En toutes saisons, la beauté du pays se dévoile aussi à travers ses montagnes et nombreux reliefs saisissants, ses vastes vallées verdoyantes et ses petites îles aux eaux limpides et turquoise, habillés de pittoresques villages de pêcheurs aux couleurs vives.

Pays du cap nord, du soleil de minuit et des aurores boréales, la Norvège s'est rapidement imposée comme une destination privilégiée pour 66°Nord. Nous nous sommes naturellement implantés sur place il y a presque 20 ans. Notre connaissance du pays et de ses différentes régions nous permet de vous proposer le meilleur de la Norvège. Il nous tient aussi à cœur de protéger cet environnement fragile, c'est pourquoi nous contribuons au travers de nos actions avec les entreprises et les associations locales à la construction et à l'aménagement de sentiers de randonnée, ainsi qu'à la sensibilisation du respect de cet environnement.

Chez 66° Nord, nous accompagnons nos voyageurs, en toute période de l'année, sur ce terrain de jeux montagneux aux paysages grandioses. Grâce à l'expertise de nos équipes sur place, nous évoluons dans le respect de la nature norvégienne tout en garantissant une expérience hors des sentiers battus. La grande diversité de nos voyages permet de découvrir le pays de manière complète et ce, au rythme de chacun en sélectionnant des activités qui vous ressemblent. A pied, les plus beaux sommets et fjords norvégiens n'attendent que vous pour des treks et randonnées d'exception. Pour prolonger l'aventure, les îles Lofoten vous offrent la possibilité de faire du kayak dans des eaux limpides en passant tout près de reliefs majestueux semblant jaillir des profondeurs de l'océan.



DÉCOUVREZ

# La Norvège

## Quelques chiffres

---



Superficie :

**385 203 km<sup>2</sup>**



Population :

**5 252 166 habitants**



Décalage horaire :

**0h00**

Aucun décalage horaire.





Langue :

### Norvégien

Le norvégien n'est pas une langue évidente au premier abord, mais montrez-vous impliqués, et vos interlocuteurs se montreront patients.

Bonjour : goddag (bokmål), buorre beaivi (samit)  
Au revoir : Morna (bokmål), mana dearvan (samit)  
yes/No : Ja/Nei (bokmål), De lea/Li (samit)  
S'il vous plaît : vor så snill (bokmål)  
Merci : takk (bokmål), giitu (samit)  
Excusez-moi : unnskyld (bokmål)  
Combien cela coûte-t-il ? : hvor mye koster det ? (bokmål)  
Où se trouve... ? : hvor er... ? (bokmål)  
Avez-vous des chambres libres ? : har du ledige rom ? (bokmål)



Electricité :

### 220 V

Prises identiques aux prises françaises. Si vous dormez en auberge ou en gîte vous pourrez régulièrement charger les batteries de vos appareils électroniques. Attention, il n'y a pas toujours l'électricité dans les refuges ou les campings.



Monnaie & change :

### Couronne norvégienne

La Norvège, est le pays disposant du plus haut niveau de vie au monde, ceci a malheureusement pour conséquence, d'en faire également le pays le plus cher au monde ! Les cartes de crédit internationales sont acceptées dans la plupart des commerces. Ces paiements peuvent éventuellement être soumis à des frais, selon votre banque. On ne peut pas acheter ou vendre de couronnes norvégiennes hors de la Norvège ou à un taux très désavantageux et les euros ne sont pas acceptés en Norvège. Nous vous conseillons de retirer de l'argent à un distributeur automatique (ATM) à votre arrivée à l'aéroport, et de faire ensuite de la petite monnaie dans un commerce. Si vous souhaitez tout de même acheter de la monnaie locale en changeant des euros sur place, vous trouverez un bureau de change à l'aéroport (nous n'avons pas le temps de nous y arrêter lors des arrivées du week-end), ou à l'office du tourisme (mais à un taux désavantageux) et dans les banques (fermées le week-end).

## Géographie

---

Le Royaume de Norvège occupe une situation géographique exceptionnelle par sa position septentrionale en Europe, dans l'ouest de la péninsule scandinave. Le territoire s'étend en direction du nord plus loin qu'aucun autre pays européen, jusqu'à environ 2 100 km du Pôle. Très allongé, le pays s'étend du Nord au Sud sur près de 1 800 km. Nation pauvre lorsque l'union avec la Suède fut dissoute en 1905, la Norvège est aujourd'hui l'un des États les plus riches du globe.

En raison de conditions climatiques particulièrement favorables malgré la latitude, le littoral, très étendu et découpé, est toujours libre de glace, ce qui facilite la circulation maritime. En dépit des distances, le territoire norvégien, auquel il faut ajouter l'archipel du Svalbard et l'île Jan Mayen, ne couvre que 324 220 km<sup>2</sup>.

## Us et coutumes

---

Considéré comme le pays le plus développé au monde, la société norvégienne brille par son mode de fonctionnement. Ainsi, le civisme en Norvège est une règle fondamentale à laquelle aucun citoyen ne déroge.

Les Norvégiens accordent aussi une grande importance à la parité homme/femme dans l'organisation du pays.

Boire un verre en Norvège ? Les Norvégiens sont plutôt partisans du « tout ou rien ». Ainsi, soit on ne boit pas du tout, soit on boit jusqu'au bout de la nuit !

Les Norvégiens sont nombreux à posséder des hytte, de petits chalets en bois bien souvent situés en pleine nature servant de résidences secondaires, qu'ils prennent plaisir à regagner en week-end ou pendant les vacances.

Propreté scandinave oblige, il est d'usage d'enlever ses chaussures en entrant dans une maison.

Les pourboires ne sont pas compris dans les restaurants ou dans les bars, les serveurs étant payés à l'heure de travail, il est de coutume de leur laisser un montant allant de 5 à 10 % du montant de votre facture.

QUAND PARTIR

# Saisons, climat, festivités

## Printemps



Le printemps en Norvège est une saison pleine de vie où la nature émerge peu à peu pour offrir un spectacle enchanteur au voyageur. L'eau de fonte des glaciers vient lentement rejoindre les impressionnantes cascades et seules les montagnes gardent avec elles leur manteau de neige de l'hiver passé. Le printemps en Norvège c'est

aussi la période des raids en ski pulkas ou en raquettes. Les journées s'allongent et les aurores boréales viennent illuminer les nuits.

### Activités

---



## Eté



L'été en Norvège il peut faire très beau, même chaud ! Une température de 25° n'est pas rare. Cependant il ne faut pas perdre de vue qu'en Norvège la météo est très changeante. Aussi, la pluie et des températures plus fraîches s'invitent régulièrement. Les Norvégiens vous diront « Il n'y a pas de mauvais temps, juste de mauvais

vêtements ». Une fois équipé en conséquence, la Norvège s'offre à vous. Au détour d'une randonnée à pied ou en kayak, c'est aussi l'occasion de profiter des doux embruns marins et de s'adonner à une baignade rafraîchissante ou à une partie de pêche mémorable.

### Activités

---



## Automne



L'air vif et frais de l'automne est une invitation à randonner et prendre de la hauteur pour observer les teintes jaunes, oranges et rouges que revêtent les paysages norvégiens à cette période de l'année. Les jours se raccourcissent peu à peu et confèrent une toute autre dimension aux lieux. C'est le moment de partir à la chasse

aux premières aurores boréales ou en safari baleine dans la région de Tromsø.

### Activités

---



## Hiver



Les longues et sombres nuits d'hiver sont l'occasion rêvée pour espérer entrevoir des aurores boréales dans le ciel. La neige qui recouvre une grande partie du pays est idéale pour s'adonner à de nombreuses activités de pleine nature. Que ce soit dans les îles Lofoten ou dans la région de Tromsø, c'est en raquette ou ski aux pieds que vous

pourrez le mieux apprécier ces secteurs.



### Activités

---





# Climat & ensoleillement

## Fredvang

	JANV.	FÉVR.	MARS	AVR.	MAI	JUIN	JUIL.	AOÛT	SEPT.	OCT.	NOV.	DÉC.
 Durée du jour	03h00	07h40	11h30	15h50	20h30	24h00	24h00	17h30	13h20	09h30	05h00	00h00
 Températures moyennes	-10° / 7°	-13° / 4°	-13° / 5°	-10° / 11°	-1° / 12°	2° / 15°	7° / 25°	5° / 20°	5° / 13°	-3° / 12°	-7° / 10°	-12° / 8°

## Bergen






	JANV.	FÉVR.	MARS	AVR.	MAI	JUIN	JUIL.	AOÛT	SEPT.	OCT.	NOV.	DÉC.
 Durée du jour	06h40	09h15	11h50	14h40	17h20	19h00	18h10	15h30	13h00	10h00	07h25	05h50
 Températures moyennes	-5° / 8°	-9° / 6°	-10° / 8°	-5° / 15°	5° / 20°	8° / 20°	9° / 25°	7° / 20°	4° / 15°	3° / 12°	-3° / 11°	-5° / 10°

# Quand partir pour

	JANV.	FÉVR.	MARS	AVR.	MAI	JUIN	JUIL.	AOÛT	SEPT.	OCT.	NOV.	DÉC.
Kayak de mer						✓	✓	✓				
Randonnée						✓	✓	✓				
Trek						✓	✓	✓				
Aigle de mer						✓	✓	✓	✓			
Baleines						✓	✓	✓	✓			
Raquettes à neige		✓	✓	✓								
Ski nordique		✓	✓	✓								
Aurores Boréales	✓	✓	✓	✓					✓	✓	✓	✓

## JOURS FÉRIÉS

# et festivités

-  **Avril : Pâques**  
en Norvège la semaine de Pâques est très attendue, avec ses 3 jours fériés, les Norvégiens en profitent pour partir quelques jours à la montagne, un peu de ski de fond, de bons polars, quelques oranges. Calme et silence.
-  **Mai : Russefeiring**  
chaque année en Norvège, environ 42 000 jeunes sortent diplômés du secondaire. Au début du mois de mai, le Russefeiring en Norvège, signifiant "célébration de remise des diplômes", est une manière bien éloignée de la nôtre de terminer son cursus au lycée.
-  **17 Mai : Fête nationale**  
les Norvégiens fêtent le jour de la signature de la constitution de 1814. La célébration de cette fête nationale se traduit par une Norvège en ébullition, enfants et adultes défilent en costume traditionnel, agitant leurs drapeaux au rythme de fanfares qu
-  **23 Juin : fête de la saint Jean**  
Pour fêter les longues journées d'été, partout dans le pays les Norvégiens se rassemblent autour de grands feux dans une ambiance conviviale.
-  **Décembre : Les festivités de Noël**  
Sous la neige et les longues nuits d'hiver, en Norvège, les festivités de Noël battent leur plein. La magie de cette période de Noël s'étale sur plusieurs semaines.