

# Rennes sauvages dans la toundra

Voyage photo dans le parc de Forollhogna

Delieutraz Patrick

*by Nordic adventure*



# Rennes sauvages dans la toundra du 22 au 30 mars 2020



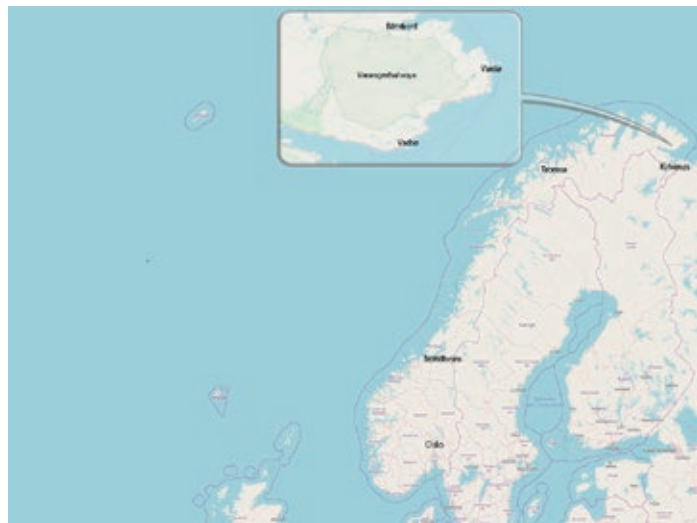
**Norvège**

Superficie: 385 071km<sup>2</sup>

Population: 5 328 212 hab. (2019)

Monnaie: Couronne Norvégienne (Nok)

Capitale: Oslo



## Le Parc national de Forollhogna

Le parc national de Forollhogna a été créé en 2001 et est situé non loin de Trondheim. C'est une zone de montagne calcaire riche en faune et en flore. Les rennes forollhog ont une population très dynamique. Le parc leur procure de la nourriture en été mais aussi en hiver. De nombreux oiseaux sont présents dans la toundra d'altitude, comme le lagopède. Le renard polaire ainsi que le glouton sont présents, ce dernier peut s'attaquer à de jeunes rennes.





# POINTS FORTS DU VOYAGE

## - La rencontre avec les majestueux rennes sauvages.

Il y a 23 zones en Norvège où le renne sauvage est présent. Le pays Sapmi improprement appelé Laponie n'a pas de troupeau de rennes sauvages, ce sont des rennes d'élevage en pâturage extensif (élevage extensif). La souche des rennes forollhog est particulièrement dynamique formant d'immense troupeau dans la toundra d'altitude.

## - L'ambiance particulière de la toundra à l'orée de l'hiver.

La toundra est un milieu particulier au dessus de la limite des arbres. C'est là que se trouvent les rennes. Il n'est pas rare à cette époque d'avoir les premières neiges, qui recouvre d'une mince couche de neige ces magnifiques paysages.

## - Un voyage en petit groupe de 6 participants.

Le petit groupe de 6 personnes max nous permet de rester discret et de passer un séjour dans la convivialité et la bonne humeur. Vous serez accompagné par un photographe professionnel spécialisé en photo de nature et une accompagnatrice en montagne spécialiste de la Norvège.

## - L'hébergement chaleureux, typiquement norvégien.

Nous choisissons notre hébergement pour l'emplacement central mais aussi par leur confort et l'accueil de notre hôte. Afin d'avoir une flexibilité maximum, nous nous occupons des repas.



## Patrick Delieutraz

*Photographe*

*Photographe pro de nature, cela fait maintenant 10 ans que Patrick parcourt la Norvège. Amoureux de nature sauvage, il adore sortir des sentiers battus et ses voyages ont un goût d'aventure.*

Une nature sauvage comme rarement rencontré sans être obligé de traverser la moitié du globe. La quête des rennes sauvages nous entraînera à travers la toundra, jusqu'à découvrir un grand troupeau sur des passages millénaires.



tél: 04 50 39 42 98  
06 11 41 89 49

[www.patrick-delieutraz.fr](http://www.patrick-delieutraz.fr)  
[contact@patrick-delieutraz.fr](mailto:contact@patrick-delieutraz.fr)



tél: 06 88 54 58 54  
[lesrandosdesophie@gmail.com](mailto:lesrandosdesophie@gmail.com)

## Sophie Cravoisier

### *Accompagnatrice en montagne*

*Passionnée par les aventures en pays nordiques, Sophie vous guidera à travers de fabuleux paysages à pied comme en raquettes.*

C'est merveilleux d'avoir la chance d'observer les rennes dans leur milieu naturel. C'est une autre de les voir en plein rut ! D'entendre les bois claquer, de les voir se poursuivre... Et les petits de l'année jouant sur la glace du lac déjà gelée est d'un amusement authentique.

# RESUME DU VOYAGE

Parcourez lors de ce voyage photo la toundra à la recherche des rennes sauvages. la marche dans un terrain varié n'est pas toujours facile mais les paysages et l'observation d'une faune riche est une première récompense. Après l'ultime ascension d'une bosse, nous apercevrons enfin cette harde de rennes sauvages sur des passages millénaires. Nous pourrons alors profiter d'une observation bien mérité.

## PROGRAMME

Au cours du séjour, nous consacrerons un ou plusieurs moment à des rappels sur la technique photographique, permettant de faire des photos créatives. Et si vous le souhaitez nous pourrons visionner vos photos et par une critique constructive analyser les forces et faiblesses de votre pratique photographique.

### JOUR 1 :

Arrivée à l'aéroport de Trondheim puis transfert en minibus pour le parc national de Forollhogna.

- Hébergement : maison - Repas: dîner.

### JOUR 2 à 7:

Chaque jour, à travers la toundra nous recherchons les troupeaux de rennes sauvages. Les lagopèdes sont particulièrement nombreux ici, peut-être aurons-nous la chance d'en approcher? Les lemmings sont nombreux sur cette terre riche, sur le chemin il n'est pas rare d'en voir dans nos pas. Les oiseaux migrateurs font des haltes sur les hautes terres et nous aurons certainement l'occasion d'en observer.

Nous ne manquerons pas de nous balader dans les forêts de bouleaux à la limite de la toundra. Cette zone est également riche en faune et les ambiances de tourbière sont fabuleuse.

-Hébergement : maison - Repas : petit-déjeuner, déjeuner et dîner.

### JOUR 8:

Après une dernière nuit, il sera temps de repartir. Départ matinal pour l'aéroport de Trondheim.

-Repas : petit-déjeuner

**Nota bene :** cet itinéraire est donné à titre indicatif ; il nous faudra nous adapter aux aléas divers (contraintes opérationnelles, conditions météo, de la montagne et des participants). En dernier ressort, votre guide accompagnateur reste seul juge du programme qu'il peut modifier en raison d'impératifs de sécurité et pour le bon déroulement du séjour.





# BUDGET

**Dates:** du 16 au 23 septembre 2020

**Groupe:** de 6 participants maximum.

**Prix hors aérien international:** 2 200€.

**Aérien:** Non compris, à ce jour comptez 500 à 550€ avec SAS

**Niveau:** En forme. Le relief du parc national de Forollhogna est constitué de douces montagnes couvertes de toundra, sans difficultés. Il faut néanmoins être préparé à marcher de 6 à 10km par jour car les rennes se déplacent souvent.

**Encadrement:** Patrick Delieutraz, photographe naturaliste et Sophie Cravoisier, accompagnatrice en montagne

**Rendez-vous:** Le J1 à l'aéroport de Trondheim

**Dispersion:** le J8 à l'aéroport de Trondheim

## LE PRIX COMPREND :

Les transferts sur place prévus au programme.

Les repas de J1 au soir au J8 matin.

L'encadrement par un photographe professionnel naturaliste et une accompagnatrice en montagne diplômée d'état.

L'hébergement tel que décrit dans le jour le jour.

## LE PRIX NE COMPREND PAS :

Le billet aller/retour Paris/Trondheim (vol recommandé sur SAS).

Les boissons, les dépenses personnelles ainsi que les pourboires.

Les visites non inscrites au programme ou décrites comme prestations supplémentaires.

L'assurance « annulation/bagages/rapatriement »

Tout ce qui n'est pas indiqué dans « Le prix comprend ».



# ORGANISATION

## TRANSPORTS :

En véhicules de tourisme

## HÉBERGEMENTS :

Maison typique norvégienne

## REPAS :

Alimentation à base de produit Norvégien, nous vous ferons goûter les plats locaux suivant ce que l'on trouve. Les repas sont préparés avec l'aide des participants chaque jour avec des aliments achetés sur place. Pour le bon déroulement du voyage, la participation de chacun aux tâches collectives est impérative : préparation des repas, vaisselle, etc. La Norvège est réputée pour la qualité de ses produits, en particulier son poisson. Vous trouverez également beaucoup de laitages et à peu près les mêmes aliments qu'en France. Le choix de fruits et légumes est moins large. Vous pouvez aussi tester des produits locaux au goût et à la texture inimitables, comme le fromage de Gudbrandsdal !

## BOISSONS :

L'eau du robinet est potable et ne nécessite pas de traitement.

La vente d'alcool est très réglementée en Norvège, à part la bière (4,6° maximum), qu'on trouve dans les magasins d'alimentation. Quant aux autres boissons alcoolisées, elles sont vendues en ville dans des magasins spécialisés appelés vinmonopolet, que nous ne trouverons pas dans la toundra. Nous aurons rarement l'occasion de nous en procurer — sauf la bière, qui par ailleurs est très chère.

## PORTAGE :

Lors des randonnées journalières vous porterez votre matériel photo ainsi que quelques affaires personnels pour la journée.



# EQUIPEMENT PERSONNEL

## DOCUMENTS DE VOYAGE

- Carte d'identité ou passeport encore valable 6 mois après le retour
- Contrats d'assurance
- Carte de groupe sanguin
- Documents importants numérisés en pièces-jointes dans votre messagerie

## BAGAGES

- Un grand sac de voyage destiné à voyager en soute.
- Un sac photo compatible avec un voyage en cabine type sac à dos permettant le portage de votre matériel photo et de quelques affaires pour la journée.

## LA TENUE

- Un ensemble veste + pantalon coupe vent imperméable (type Gore-tex)
- Une doudoune
- Une veste polaire
- Des tee-shirts ou chemises.
- Un près du corps chaud haut + bas (type carline)
- Des sous-vêtements
- Un bonnet et des gants
- Vos chaussures de randonnée imperméables et des guêtres.
- Plusieurs paires de chaussettes

## LES ACCESSOIRES INDISPENSABLES

- Lunettes de soleil
- Crème solaire
- Un thermos

## MATÉRIEL PHOTO

- Boitier reflex
- Objectifs (téléobjectifs jusqu'à 500mm pour la faune et grand-angle pour le paysage)
- Un trépied
- Cartes mémoire, batteries + chargeur
- Une paire de jumelles
- Ordinateur portable ou videur de cartes



# INFORMATIONS

## CLIMAT & SAISONS

En Norvège, l'automne n'est qu'un court intermède avant l'hiver et une chute de neige précoce peut arriver. Il est donc important de pouvoir se prémunir du froid avec une tenue adaptée (prévoir entre 10 et 0° C). La toundra est parfois marécageuse, vos chaussures doivent donc être assez imperméables.

## FORMALITÉS

Carte d'identité ou passeport en cours de validité et valable 6 mois après la fin du séjour.

## CHANGE ET ARGENT PERSONNEL

En Norvège, la monnaie est la couronne norvégienne : NOK. 1€ équivaut à plus ou moins 9 NOK. Les cartes de crédit sont acceptées partout.

## SANTE

Une visite chez son médecin est conseillée pour faire le point des vaccinations et de votre état de santé général. De même un bilan dentaire est toujours opportun. Merci de nous signaler toute condition physique et/ou médicale connue pouvant nécessiter une adaptation du voyage (allergies, traitements...).

Nous vous rappelons que vous devez être en parfaite santé. A certains endroits de ce voyage, une évacuation d'extrême urgence peut se révéler difficile.

## PHARMACIE PERSONNELLE

Votre petite trousse à pharmacie doit contenir quelques produits indispensables :

Paire de ciseaux, pince à épiler

Antalgique léger (paracétamol)

Anti-inflammatoire léger

Ralentisseur du transit intestinal, antiseptique intestinal, sachets de réhydratation

Laxatif (constipation)

Anti-vomitif (nausées, vomissements)

Antihistaminique (allergies, piqûres d'insectes)

Antibiotiques à large spectre

Collyre (yeux)

Pastilles pour la gorge

Antiseptique, compresses, sparadrap, pansements adhésifs, bande

Arnica (coups)

Double peau (ampoules)

Crème solaire, stick labial



Nordic-Adventure est une marque de la société Trekking-Norway  
ATOUT FRANCE : IM038170004  
SIRET : 825 329 311 000 13  
275 Chemin du Crêt 38530 Chapareillan