

Tánana expedition



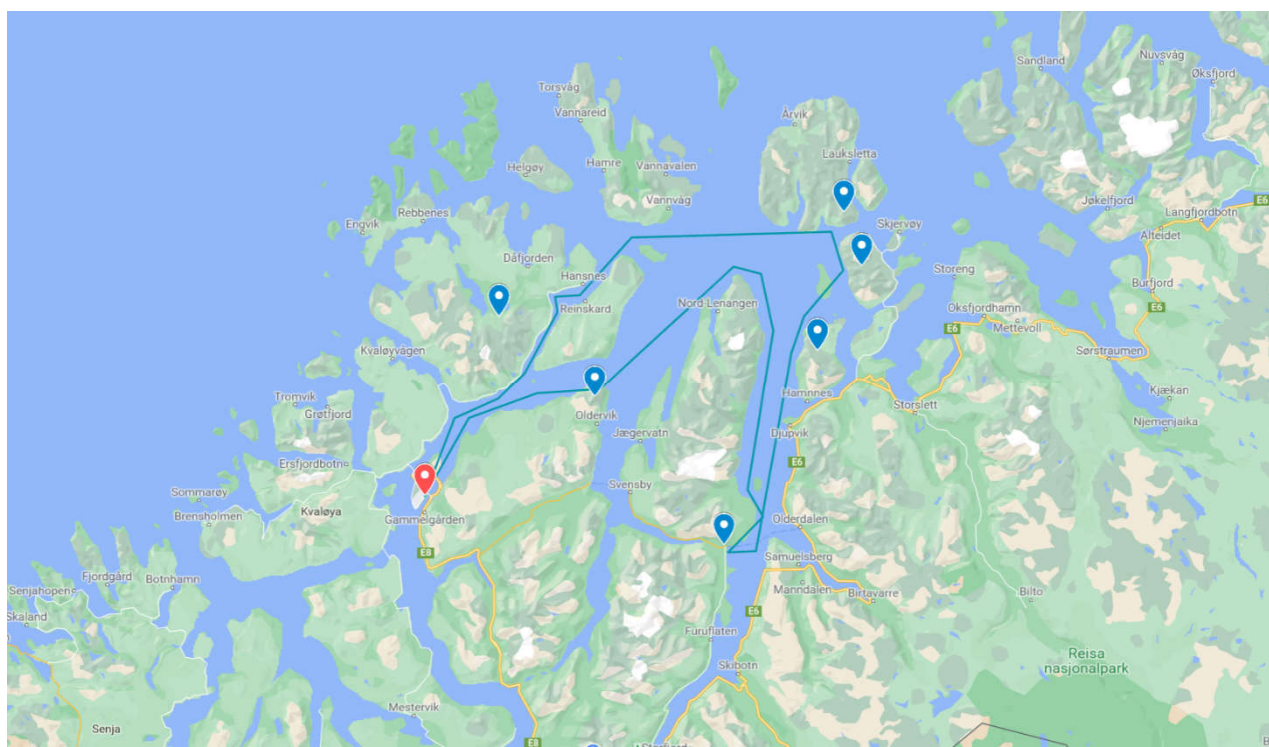
La voile sous toutes les latitudes

Fiche Technique ski – voile dans les Alpes de Lyngen 7 jours

Tout schuss dans les Alpes de Lyngen avec un guide de haute montagne... L'équipage vous proposera un itinéraire adapté au niveau du groupe et aux envies de chacun.

Caractéristiques du circuit

Bienvenue dans les **Alpes de Lyngen**, un massif des Alpes scandinaves qui fait partie du comté de Troms. Skieurs et alpinistes apprécieront cette expérience polaire hors du commun dans un décor encore préservé. Vous sillonnerez ces montagnes aux sommets enneigés aux côtés d'un **guide de haute-montagne** passionné par la Norvège. Votre itinéraire sera élaboré en fonction de votre groupe et de vos envies, de quoi rendre votre séjour unique.





Le guide pourra vous proposer un circuit en fonction des conditions nivologiques et adapté à votre niveau

Exemple de circuit

Embarquement à Tromso

Embarquement en soirée sur le bateau au port de Tromso le « petit Paris du nord ».

Située à 350 km du nord du cercle polaire arctique, la ville de Tromso est la grande ville du nord. Pendant de longues années, elle fut le point de départ des explorations polaires mais également de la chasse aux phoques et à la baleine.

Ringvassoya

Île du comté de Troms, l'île est divisée en deux municipalités : Tromso et Karsoy. Sixième plus grande île côtière norvégienne, elle possède le plus grand lac îlien du pays : le lac de Skogsfjordvatnet.

Arnoya

Seuls au monde, vous pourrez admirer les flancs immaculés des Alpes de Lyngen au sommet de l'île. Une vue à couper le souffle vous attend.

Kagen

Situé à 1228 mètres d'altitude, le sommet de l'île est nommé Storekagting. Profitez d'un dénivelé d'environ 1500 mètres.

Uloya

Du haut de l'île de l'Uloya, vous aurez une vue époustouflante sur les îles de Kagen et Arnoya. Vous skierez en direction de la mer, une expérience inédite.

Ullstinden

Avec une altitude de 1093 mètres, la montagne de Ullstinden connaît un excellent enneigement. Skis aux pieds, gravissez les pentes pour rejoindre le voilier.

A savoir avant de partir

Embarquer sur **Tànana** c'est devenir membre à part entière de l'équipage. Rassurez-vous, nul besoin d'avoir une longue expérience de la voile. Le bateau, c'est aussi la vie en commun dans un espace réduit. Si vous le souhaitez, vous participerez aux manœuvres, aux réglages des voiles ainsi que des quarts (sous la conduite de l'équipage professionnel) et à la vie à bord.

Nous vous ferons partager cette aventure et notre passion des latitudes polaires

Tout sera mis en œuvre pour que la croisière se déroule bien, pour respecter le programme et tenir le timing, mais il faut bien garder à l'esprit que nous naviguerons dans des zones où la nature est reine et le vent parfois capricieux. L'itinéraire proposé dans le jour par jour est donc purement indicatif, il faudra en accepter tout changement. Nous vous engageons à prévoir en conséquence vos billets d'avions avec une assurance de type modifiable ou remboursable. Le skipper et *Tànana expedition* ne pourront être tenu pour responsable en cas de retards dus aux liaisons aériennes, contingences administratives, conditions météo, problèmes techniques impondérables.



Après avoir lu le dossier technique vous voulez toujours partir avec nous ? Alors ... contactez-nous pour votre inscription info@tanana-expedition.com

Nombre de participants

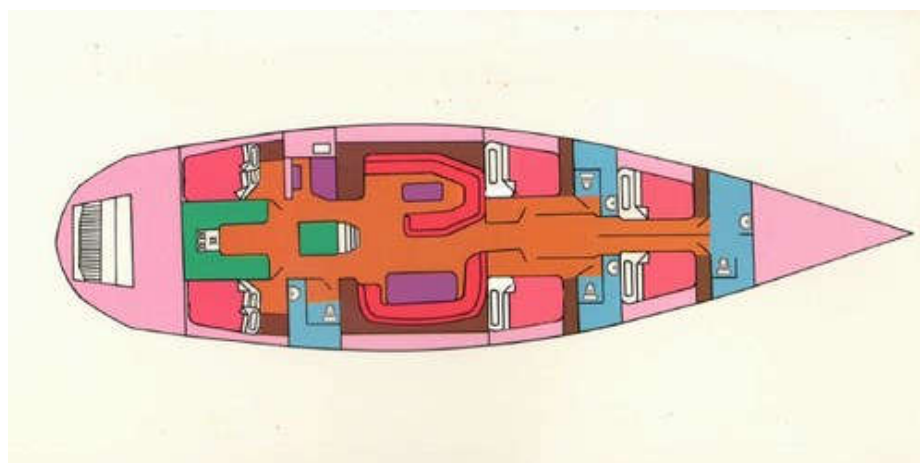
8 à 9 Passagers/équipiers et 2 à 3 membres d'équipage

Le voilier



Tànana un voilier exceptionnel ! Un voilier de course et de croisière dessiné par Gilles Vaton, sa coque de 24 mètres en aluminium renforcée en fait un voilier rapide et sûr. Propulsé par 280m² de voile et appuyé par un moteur de 250ch turbo qui permet d'affronter toutes les conditions sereinement.

6 cabines, 4 salles d'eau et un vaste carré permettent d'accueillir confortablement 12 personnes à bord.







Préparation physique

Sur l'ensemble des parcours proposés, il n'est pas nécessaire d'être un grand sportif mais une bonne condition physique est requise. Chaque passager doit d'être capable de monter et descendre sans aide dans le zodiac, marcher quelques heures sur un terrain non balisé, monter un dénivelé de 300 mètres et savoir faire preuve d'adaptabilité devant les conditions climatiques des zones polaires.

Forme psychologique

Sur les séjours en voilier et bien que le bateau soit grand, il faut parfois accepter de partager sa cabine, parfois la salle de bain, avec d'autres passagers. Une certaine promiscuité s'impose sur ce type de voyage.

Sécurité

A bord du bateau, tout le matériel de sécurité est présent : brassières, harnais, radeau de survie, balise ERPIB1, balise PLB, dispositif MOB (Man Over Board), VHF, téléphone satellite.

Santé

A noter qu'un médecin francophone est en liaison satellite pour chaque voyage.

La pharmacie du bord comprend tout ce qu'il est classiquement possible d'avoir sur un voilier pour traiter provisoirement des problèmes pouvant surgir durant la navigation. Cependant, étudiez avec votre médecin ce que vous devez emporter pour votre cas personnel.

Pour tout médicament sur prescription, n'oubliez pas de prendre votre ordonnance afin d'éviter tout problème de douane.

Un petit détour chez votre dentiste préféré avant de vous embarquer n'est pas superflu une rage de dent devient vite compliquée sous ces latitudes.

N'oubliez pas de vérifier que vous avez une assurance assistance rapatriement auprès de votre assureur habituel.

	Navire « Tánana »
	Fiche médicale individuelle
NOM : Prénom : Date de naissance : Sexe :	Groupe sanguin : Poids : Taille :
Antécédents médicaux et traitements en cours.	
Médecin traitant	
Allergies connues	
Vaccinations : date du dernier rappel <i>(Attention aux vaccinations obligatoires dans certains pays)</i>	Antitétanique : Fièvre Jaune : Autres vaccinations :
Antécédents de chirurgie	
Autres précisions utiles (éventuellement) :	

Fiche à imprimer et à donner au skipper le jour de l'embarquement sous enveloppe fermée



Equipement

Les chaussures

Vos chaussures de montagne sont recommandées pour débarquer à terre. Vous aurez aussi besoin de bottes qui doivent couvrir le mollet avec une semelle ne laissant pas de trace. Prévoir toujours 1 pointures de plus afin de porter 2 paires de chaussettes (une fine + 1 paire épaisse). Merci de bien essayer vos bottes avant de partir. Une paire de chaussons pour l'intérieur.

Les chaussettes

Elles sont invariablement humides, que ce soit par la transpiration ou en mettant le pied dans l'eau. En prévoir plusieurs paires, avec un modèle de chaussettes épaisses et plusieurs paires de chaussettes fines.

Le top (elles coutent chères mais vos pieds vous diront merci) : <https://www.fr.sealskinz.com/products/waterproof-extreme-cold-weather-mid-length-sock?variant=36551598604445>

Les gants :

Au moins deux paires chaudes dont une étanche et résistante type <https://www.guycotten.com/fr/produits/peche-et-industrie/bottes-gants-sacs/gants-bn30-blue-thermo-chaud>

Les vêtements

Un ensemble veste + pantalon imperméables, type cirés marins.
Le concept des trois couches : transfert, isolation, protection. Trois couches pour trois fonctions complémentaires. Pas de coton (c'est une éponge !)

Couche 1 : Le transfert

Préférer la première couche de type laine Mérinos (collants et t-shirts). Sèche vite et même humide la sensation de chaud est préservée

Couche 2 : L'isolation

Cette couche intermédiaire est un régulateur thermique puisqu'elle apporte chaleur et confort. Elle constitue un tampon entre le corps et le froid extérieur. Cette couche peut être constituée d'une veste en fibre polaire ou un mélange ouate et mérinos. Une doudoune en plume et un pantalon de ski sont idéaux pour compléter l'isolation thermique.

Couche 3 La protection imperméable

Un ensemble veste + pantalon imperméables, type veste goretex ou cirés marins.

Le sac de voyage

Un petit sac à dos de 25 litres vous permettra d'avoir sous la main vos affaires personnelles durant le trajet aérien et vous servira pour les randonnées à terre. Quant au sac de voyage, privilégier un sac de sport plutôt qu'une valise (interdites sur le bateau). Un sac de voyage très compressible de type : [sac-de-transport-trekking-voyage-extend-80-a-120-litres](#) ou [sac-de-transport-trekking-voyage-120l-noir](#)



Divers mais néanmoins indispensable !

- Lampe frontale avec piles de rechange
- Bonnets chauds
- Pochette étanche pour appareil photo et téléphone (12V et 220V dispo sur le bateau)

Le sac de couchage

Les oreillers, taies et couettes sont comprises, vous pouvez apporter votre duvet (choisir de préférence un garnissage synthétique, les plumes et duvet retiennent l'humidité). Pas d'inquiétude le bateau est chauffé !

Le prix comprend :

L'hébergement à bord du bateau en pension complète et l'encadrement du voyage.

Le prix ne comprend pas :

Les assurances annulations rapatriement, le transfert aéroport/bateau, les éventuelles nuits d'hôtel avant et après le voyage suivant votre vol, les vins et alcools forts, les repas pris à terre et la caisse de bord de 40€/jour/pers, la location de kayak de mer si nécessaire.

Fait à :

Le :

Signature :