



GROENLAND

La banquise en raquette, des aurores boréales plein la tête



Raquettes



Aurores boréales



À partir de 4 090 €



Durée 10 jours



Prochain départ
08/03/2020



Niveau Modéré



Descriptif :

Voici une formidable découverte du Groenland au coeur de l'hiver dans un secteur au potentiel naturel hors du commun : banquise et glaciers à perte de vue, icebergs figés par la glace, montagnes enneigées et fjords gelés... Ce circuit très complet nous amène à parcourir ces paysages grandioses en raquettes. Le voyage débute à Ilulissat, situé dans l'une des plus belles baies du Groenland. Nous partons en motoneige dans un fjord gelé où les icebergs sont figés dans les glaces où nous installons un premier campement. Nous partons ensuite pour une journée d'itinérance avec pulka sur la banquise pour aller monter notre camp de base au pied de l'inlandsis. Nous explorerons ce bout du monde idéalement située face au front glaciaire bleuté et à l'inlandsis durant 3 jours. A l'image des explorateurs, nous parcourrons tantôt la banquise où viennent parfois se prélasser quelques phoques, tantôt les hauteurs pour dominer ce décor de glace et la calotte polaire qui le domine, tantôt sur la calotte elle même pour ressentir ce doux frisson de n'avoir plus qu'une immensité blanche à perte de vue.



Les points forts :

- Les paysages spectaculaires de l'Ouest du Groenland
- Le camp de base au pied de la banquise et de la calotte polaire
- La possibilité d'observer les aurores boréales

Budget :

Du	Au	Prix TTC par pers.	Départ confirmé
08/03/2020	17/03/2020	4 190 €	Dès 5 inscrits
16/03/2020	25/03/2020	4 090 €	Départ initié
25/03/2020	03/04/2020	4 090 €	Dès 5 inscrits
02/04/2020	11/04/2020	4 090 €	Dès 5 inscrits

Le prix comprend :

- Les vols aller-retour Paris - Copenhague/Keflavik - Paris
- Les vols aller-retour Copenhague/Reykjavik - Ilulissat - Copenhague/Reykjavik
- Les taxes aériennes
- Les transferts sur place tel qu'indiqué au programme
- L'hébergement : 5 nuits en guesthouse ou auberge de jeunesse à Copenhague/Reykjavik et Ilulissat, 4 nuits en tentes pendant le raid
- Les repas du déjeuner du jour 2 au diner du jour 8
- Le prêt du matériel spécifique: veste, bottes et duvet grand froid, raquettes

Le prix ne comprend pas :

- Les frais d'inscription: 18€ par personne
- La compensation carbone pour votre voyage au Groenland: 10€ par personne
- L'assurance voyage annulation (3% du prix du voyage), l'assurance rapatriement (2%) ou l'assurance voyage multirisques : annulation, assistance, bagage, rapatriement (4% du prix du voyage)

En option :

- Supplément pour une chambre single à Copenhague ou Reykjavik : nous consulter

A payer sur place :

- Les repas à Copenhague ou Reykjavik
- Les activités optionnelles
- Les boissons et dépenses personnelles
- Les transferts en métro aéroport/hôtel à Copenhague (4€ A/R)
- Les frais réels de séjour supplémentaire en cas de modification de vols ou pour cause de mauvais temps.



Jour par jour

Jour par jour :

JOUR 1

📍 Paris - Copenhague ou Reykjavik

Arrivée à Copenhague en milieu d'après-midi (ou Reykjavik, dépendant des disponibilités aériennes).

Si Copenhague, possibilité de visiter librement la ville également (un carnet de voyage vous sera remis avant votre départ)

Diner libre.



Hébergement : [Guesthouse](#)

JOUR 2

📍 Ilulissat

Transfert jusqu'à l'aéroport et nous nous envolons pour Ilulissat. L'aventure commence dès maintenant, avec le survol du Groenland ; la vue sur ses montagnes enneigées et la calotte glaciaire est grandiose ! Arrivée à Ilulissat et accueil par notre guide. Après le déjeuner, nous préparons le matériel et nourriture nécessaire au bon déroulement du raid avant d'explorer la petite ville colorée d'Ilulissat.



Hébergement : [Guesthouse](#)

JOUR 3

📍 Transfert vers le fjord gelé

Nous partons en motoneige à travers le massif d'Akinaaq en direction du fjord gelé de Nunatarsuaq. Nous aurons en route l'occasion d'apercevoir de remarquables points de vue sur la calotte glaciaire avant de nous faire déposer sur la banquise. Nous montons notre premier campement au bord de la banquise et explorerons la zone dans l'après midi pour une première approche de la banquise.



Hébergement : [Tente](#)



Raquette : 2 h



Activité : 2 h

JOUR 4

📍 Itinérance sur la banquise

Après avoir chargé nos pulkas (environ 15kg/personne à traîner sur la banquise), nous effectuons une randonnée raquettes en direction d'une presqu'île situé face au front glaciaire de Nunatarsuaq.

Première découverte en raquettes de cet univers fascinant et étonnement varié que constitue la banquise. Nous louvoyons entre les icebergs prisonniers des glaces à la recherche de phoques qui se prélasseraient au soleil au pied du front glaciaire bleuté qui jouxte notre camp. Nous croiserons peut être quelques inuits venus en traîneau pour chasser ces derniers de manière ancestrale.

🏠 Hébergement : Tente

👣 Raquette : 6 h

JOUR 5

📍 Randonnée en raquettes sur les hauteurs de l'inlandsis

Nous prenons aujourd'hui un peu de hauteur afin de gagner de superbes points de vue sur les fjords, les icebergs et l'inlandsis.

🏠 Hébergement : Tente

👣 Raquette : 5 h

JOUR 6

📍 Découverte de l'inlandsis

Aujourd'hui, nous allons explorer l'un des endroits les plus mystérieux et inhospitaliers de la planète. En effet, si la glace le permet, nous allons progresser durant quelques heures sur la calotte glaciaire qui surplombe le Groenland comme l'ont fait de nombreux explorateurs avant nous dont le célèbre Paul Emile Victor avant de traverser pour rejoindre la cote est, 600km plus loin. Nous remontons la langue glaciaire de Sermeq Avannarleq puis longeons la zone de séracs pour arriver sur la calotte et n'avoir plus qu'une immensité de glace devant nos yeux. Nous profitons de ce moment unique et saisissant avant de redescendre vers la banquise pour retrouver notre camp de base pour la nuit.

🏠 Hébergement : Tente

👣 Raquette : 5 h

JOUR 7

📍 Itinérance en pulka sur la banquise et retour en motoneige à Ilulissat

Dernière randonnée sur la banquise en direction de l'embouchure du fjord. Nous sommes alors récupérés en motoneige pour un dernier transfert de quelques heures pour rejoindre Ilulissat à travers les massifs enneigés. Nous retrouvons avec bonheur le confort de la guesthouse.

🏠 Hébergement : Guesthouse

👣 Raquette : 6 h

JOUR 8

📍 Randonnée le long de l'Icefjord, classé à l'UNESCO

Une journée exceptionnelle pour conclure comme il se doit cette découverte du Groenland ! Nous chaussons une dernière fois nos raquettes pour une randonnée jusqu'au célèbre fjord glacé. Cheminant dans la vallée de Sermermiut, nous découvrons progressivement ce spectaculaire fjord classé au patrimoine mondial de l'UNESCO. De gigantesques cathédrales de glace restent bloquées dans le fjord, figées par la banquise, offrant un panorama des plus saisissants.

Retour à notre hébergement et dernière nuit dans cet univers groenlandais.

🏠 Hébergement : [Guesthouse](#) 🥾 Raquette : 5 h

JOUR 9

📍 Vol pour Copenhague ou Reykjavik

Matinée libre, l'occasion de procéder aux derniers achats, flâner dans les rues d'Ilulissat ou de visiter le centre des artisans sculpteurs.

Puis vol pour Copenhague/Reykjavik en fin de matinée. Soirée libre dans la capitale.

🏠 Hébergement : [Guesthouse](#)

JOUR 10

📍 Retour en France

Transfert matinal jusqu'à l'aéroport et vol retour pour Paris.

L'itinéraire est donné à titre indicatif, il dépend des conditions de neige et de la météo et pourra être modifié sur décision du guide.

Le vol vers le Groenland s'effectuera avec une escale en Islande ou au Danemark selon les disponibilités aériennes. Le vol retour depuis le Groenland pourra se faire de nuit. Le programme ou itinéraire pourra être changé en fonction de la météo et du niveau du groupe. Votre guide seul fait autorité durant la totalité de votre séjour, et lui seul, de par ses connaissances du terrain, est habilité à prendre des décisions.

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, et Huwans, le spécialiste du voyage d'aventure.



Les excursions facultatives :



Navigation au milieu des icebergs dans le fjord d'Ilulissat

Navigation magique au plus proche des montagnes de glace de l'icefjord d'Ilulissat. Site déclaré au patrimoine mondial de l'Unesco en 2004.

--

Prix : 95€/pers. Durée : 2h30. Départ à 10h ou 14h toute l'année.

3 à 12 participants.

Excursion anglophone.



Extension à Kangerlussuaq - 2 jours - Découverte

Jour 1 : Excursion à la recherche des bœufs musqués et rennes (1h30)

Jour 2 : Découverte du glacier Russel (site UNESCO) et des spectaculaires paysages environnants (4 heures)

Inclus :

Encadrement anglophone pendant les activités

2 nuits en auberge de jeunesse avec petit-déjeuner

Transferts aéroport

Tarif : A partir de 350€ par personne en occupation double, à partir de 470€ par personne en occupation simple.



Extension à Kangerlussuaq - 2 jours - Expédition et bivouac sur la calotte polaire

Jour 1 : Randonnée sur la calotte polaire, campement sur la glace

Jour 2 : Randonnée jusqu'au glacier Russel, nuit en auberge de jeunesse

Inclus :

Encadrement anglophone pendant l'activité

1 nuit en campement sur la calotte, 1 nuit en auberge de jeunesse

Repas : 2 petits déjeuners, 2 déjeuners, 1 dîner (lyophilisés principalement)

Transferts aéroport

Tarif : A partir de 590€ par personne en occupation double, à partir de 650€ par personne en occupation simple (sous réserve de disponibilité, campement le mardi ou samedi, à partir du 17 mars)



Détail du voyage

Nombre de participants

De 5 à 8 participants

Niveau

Modéré, 4 à 6 heures de marche par jour environ. La raquette est une activité ludique et accessible aux novices : nous avons sélectionné un itinéraire accessible aux personnes en bonne santé et pratiquant la randonnée en moyenne montagne de façon régulière et capables d'enchaîner plusieurs journées d'activités.

Ce voyage ne présente pas de difficultés particulières, le dénivelé étant limité, mais en cette période de l'année, les coups de vents sont parfois violents et peuvent nous mettre dans des conditions rigoureuses. Le fait de passer 4 nuits sous tente dans les conditions extrêmes et donc, de lutter contre le froid rajoute de la difficulté au circuit (fatigue psychique plus que physique).

Encadrement

66°Nord est membre du groupe Altaï, réseau d'agences locales nature et aventure implanté dans 30 pays. Installée au Groenland depuis de nombreuses années, notre agence 66° Nord Groenland 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 66° Nord, mobilisés à 100% pour vous faire découvrir des endroits insolites en pleine nature. Laissez-vous guider...

Comme tous nos voyages qui nécessitent une logistique éprouvée, l'esprit est participatif et collaboratif. En effet votre guide gère la logistique de votre voyage, aussi, chacun se rend utile en participant au chargement/déchargement des affaires, préparation des repas, vaisselle, etc.

Nos séjours se déroulent en milieu polaire, milieu isolé pouvant se révéler hostile. Votre guide seul fait autorité durant la totalité de votre séjour, et lui seul, de par ses connaissances du terrain, est habilité à prendre des décisions.

Encadrement par un guide-accompagnateur francophone Altaï au Groenland.

Guide francophone spécialiste du Groenland qui vous accueillera à votre arrivée à Ilulissat.

A Copenhague ou Reykjavik, vous êtes autonome.

Alimentation

Nous essayons de vous proposer une nourriture équilibrée et en même temps adaptée aux conditions rencontrées au Groenland. Sachez qu'il est naturellement difficile, voire impossible, de trouver des légumes ou des fruits frais dans le grand nord.

Le petit déjeuner : Müesli avec café, chocolat ou thé. Pas de croissant malheureusement ! Le midi, pique-nique : soupe chaude, barres de céréales chocolatées, fruits secs ou en-cas salés, charcuterie, fromage... Le soir : soupe chaude, plat chaud et dessert ...

Important : prévenez-nous en cas d'allergie.

Hébergement

A Reykjavik/Copenhague ou Ilulissat, nous dormons en guesthouse ou auberge de jeunesse (chambre mixte de 4 à 6 lits), avec sanitaires à partager. Votre sac de couchage fait office de drap et vous accompagne durant tout le séjour.

Bivouac sous tente 2 personnes.

Participation de tous aux tâches collectives : préparation des repas, vaisselle...

Déplacement

Nous nous déplaçons en raquettes à neige ou à pied sur place au Groenland.

Nous effectuerons également 2 transferts en motoneige. Vous serez conduits par un groenlandais.

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 - Ilulissat via Copenhague :

* Vol international Paris - Copenhague en aller / retour sans escale. Durée 1h50 environ :

Nous utilisons des vols réguliers au départ de Paris. Vous volerez principalement sur les compagnies Scandinavian Airlines, Air France, Easyjet, KLM, Lufthansa. En fonction des disponibilités au moment de votre inscription, nous pourrons également vous proposer d'autres compagnies que celles mentionnées ci-dessus.

Les horaires de vols indicatifs :

- Scandinavian Airlines : Aller départ 11h00 - arrivée 12h50 / Retour départ 17h05 - arrivée 19h00
- Easyjet : Aller départ 21h45 - arrivée 23h40 / Retour départ 19h05 - arrivée 21h05
- Air France : Aller départ 7h05 - arrivée 8h55 / Retour départ 6h15 - arrivée 8h15

* Vol international Copenhague - Ilulissat en aller / retour avec une escale. Durée 6 à 7h environ :

Nous utilisons des vols réguliers sur Air Greenland, avec escale à Kangerlussuaq.

Les horaires de vols indicatifs :

- Air Greenland : Aller départ 11h00 - arrivée 13h20 / Retour départ 10h10 - arrivée 20h00.
- Le retour s'effectue parfois avec un vol de nuit : Retour départ 23h40 - arrivée 8h00 le lendemain (dans ce cas il n'y a pas de nuit d'hôtel à Copenhague au retour).

Selon les disponibilités des vols, nous pourrons aussi voler sur la compagnie Air Iceland avec une escale à Reykjavik au lieu de Copenhague.

* Vol Paris - Keflavik (Islande) en aller / retour sans escale. Durée : 3h environ

* Vol Keflavik - Ilulissat avec la compagnie régulière Air Iceland. Durée : 3h15 environ

Budget & change

Au Groenland la monnaie est la couronne danoise. Vous pouvez faire du change en France. Attention, la vie est chère au Groenland et le prix d'un souvenir peut vite monter à plus de 50euros. En septembre 2018, 1 euro = 8 DKK. Prévoyez 1000 DKK en billet de 200 DKK. Au Groenland vous pourrez absolument tout régler en carte bancaire mais durant le raid il n'y a rien à acheter.

En Islande la monnaie est la couronne islandaise. Vous pouvez faire du change sur place à votre arrivée, ou régler vos achats sur place par carte bancaire. 1euro = 143 ISK (septembre 2018).

Equipement



Matériel fourni sur place

Nous mettons à votre disposition des équipements de grande qualité et d'une légèreté impressionnante, pour que vous passiez un séjour agréable sans souffrir d'inconfort.

Matériel fourni:

Matériel de raquettes: raquettes, bâtons et chaussures grand froid type Sorel (qui vous serviront pour la marche et sur le camp), pulka.

Vêtements grand froid: sur veste/doudoune grand froid (pour les périodes non actives)

Matériel de camping : tentes 3 places pour 2 personnes, matelas Therm-a-Rest autogonflant, sac de couchage grand froid (t°de confort : - 25°C) et une grande tente mess pour les moments de vie et les repas



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

Equipement 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](#)



Vêtements à prévoir

Les 3 couches

Pour l'habillement, la méthode multicouche est la meilleure. Il s'agit de porter plusieurs couches de vêtements dont les plus rapprochées du corps laissent facilement échapper la sueur. Les autres couches conservent la chaleur ou préservent le corps des conditions extérieures. Donc il faut porter des sous-vêtements qui absorberont cette humidité et changer ceux-ci en fin de journée, même si les vêtements vous semblent secs.

La couche de base (respirante)

Doit permettre la circulation de la transpiration du corps vers l'extérieur et permettre de rester au sec. Il s'agit habituellement d'un sous-vêtement. Nous vous recommandons la laine (par exemple les sous vêtements ullfrotté distribués en France par Pronor ...).

La couche intermédiaire (thermique)

Emprisonne notre chaleur. Durant longtemps, la laine fut abondamment l'isolant de base, son grand avantage est de rester chaude même mouillée. Aujourd'hui la polaire est aussi très efficace. L'eau ne la pénètre presque pas et elle sèche rapidement.

La couche extérieure (protection)

Sa fonction est de protéger de l'eau, de la neige et surtout du vent. Sa construction doit être solide. Il devra être ample et descendre le plus bas possible. Il doit être à la fois respirant et imperméable au vent avec si possible des options techniques d'ouverture pour une meilleure ventilation.

Vêtements à prévoir :

- 1 veste longue avec capuchon si possible (Genre Gore-Tex ou équivalent)
 - 1 pantalon ou salopette coupe vent (Genre Gore-Tex ou équivalent)
 - 1 doudoune en duvet
 - 1 cagoule-col épaisse (Polypropylène ou polar)
 - 1 cagoule fine (Polypropylène ou soie)
 - 1 bonnet chaud Polypropylène (polar ou laine)
 - 1 veste polaire épaisse
 - 1 veste polaire légère (en option)
 - 2 à 3 T-shirts épais à col et manches longues (Polypropylène - polar ou laine, si possible Ullfrotté 400g)
 - 2 à 3 T-shirts fins manches longues (Polypropylène - polar ou laine, A même la peau, si possible Ullfrotté 200g)
 - 1 caleçon long ou coulant (Polypropylène - polar ou laine, A même la peau, si possible Ullfrotté 200g)
 - 1 à 2 paires de chaussettes fines (Polypropylène ou laine, si possible Ullfrotté 400g)
 - 3 à 4 paires de chaussettes épaisses (Laine -Polypropylène, à porter par dessus les fines, Ullfrotté si possible 600g)
 - 1 paire de gants épais (Laine)
 - 1 paire de Sur-mouffles (en option, goretex ou autre)
 - 1 paire de Gants épais imperméables au vent (windstopper ou gore tex)
 - 1 paire de sous gants (laine)
 - 1 paire de Lunettes de soleil (Type glacier)
 - 1 Masque de ski (obligatoire !)
-



Équipement à prévoir

- 1 petit sac à dos pour vos affaires de la journée, 25 -35 litres
 - 1 serviette de toilette
 - 1 maillot de bain si vous souhaitez tester les piscines islandaises
 - Chauffe-rettes pour les mains ou les pieds
 - 1 appareil photo
 - 1 mini trousse de toilette (en option, vous pouvez prévoir 1 paquet de lingettes, à porter près du corps pour éviter le gel)
 - 1 trousse de pharmacie personnelle
 - Crème de protection solaire (visage et lèvres)
 - 1 lampe frontale avec piles de rechange
 - 1 thermos
 - 1 petit couteau
 - 1 drap de sac
-



Bagages

À votre arrivée, votre guide vous aidera à faire le tri de vos affaires pour que vous limitiez le volume et le poids de ces dernières à 20L et une dizaine de kilogrammes.

Vous pouvez cependant prendre des affaires en plus pour votre voyage en avion et les visites de ville [Reykjavik-Illussat]. Toutes vos affaires pourront être stockées en sécurité sur Illussat pendant le raid.



Pharmacie

Votre accompagnateur disposera d'une pharmacie de première urgence, d'une balise Sarsat et d'un téléphone satellite.

Il est recommandé d'apporter vos médicaments personnels (aspirine, pansements, désinfectant local, coton, etc...).

Formalités & santé

Passeport

Être munis d'une carte nationale d'identité sécurisée ou d'un passeport en cours de validité.

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)
- 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>

Attention: pour les croisières / Passeport valable 3 mois après la date de retour.

Visa

Non

Carte d'identité

carte d'identité valable plus de 3 mois après la date de retour (vérifier la date d'expiration dès maintenant).

À compter du 1er janvier 2014, la durée de validité des cartes nationales d'identité (CNI) délivrées aux personnes majeures passera de 10 à 15 ans. Attention, cette prolongation ne concernera pas les CNI délivrées aux mineurs qui resteront toujours valables 10 ans. Un décret vient en effet d'être publié en ce sens au Journal officiel du vendredi 20 décembre 2013. Cet allongement de 5 ans concernera à la fois : les nouvelles CNI délivrées à partir du 1er janvier 2014, les CNI délivrées entre le 2 janvier 2004 et le 31 décembre 2013. Pour les CNI délivrées entre le 2 janvier 2004 et le 31 décembre 2013, cette prolongation de 5 ans n'impliquera aucune démarche particulière de la part des usagers, la date de validité inscrite sur le titre n'étant pas modifiée. Pour chaque pays acceptant la carte nationale d'identité comme document de voyage, le ministère de l'intérieur propose une fiche d'information traduite.

<http://www.interieur.gouv.fr/Actualites/L-actu-du-Ministere/Duree-de-validite-de-la-CNI>

Vaccins

Aucune vaccination exigée.

Pour toutes les destinations, immunisation à jour conseillée contre :

- diphtérie, tétanos, poliomyélite (pour les expéditions polaires, le tétanos peut être une complication des gelures graves)
 - coqueluche et rougeole
 - hépatite B (maladie sexuellement transmissible) ;
 - hépatite A (maladie transmise par l'alimentation) ;
 - rage, en cas de séjours prolongés et très rustiques.
-

Recommandations sanitaires

Le voyage que vous avez choisi peut vous exposer à des températures très froides et dans des zones géographiquement éloignées de centre de soins médicaux. Nous vous proposons donc une liste de pathologies qui, bien que ne contre-indiquant pas formellement la réalisation de ce voyage, devraient vous encourager à consulter votre médecin traitant pour lui faire part de ce projet.

- Pathologies cardiovasculaires : maladie des coronaires (antécédent d'infarctus, de pontage, de stent, de spasme des coronaires ou angor de Prinzmetal) ; hypertension artérielle sévère non contrôlée par les traitements ; insuffisance cardiaque
- Pathologies respiratoires : bronchite chronique (BPCO), asthme (sous traitement au long cours, ou avec survenue de crises récentes)
- Pathologies neurologiques : épilepsie non contrôlée par le traitement (survenue de crises récentes)
- Pathologies endocrinologiques : diabète insulino-requérant déséquilibré. A noter que l'insuline peut geler et s'inactiver ; il est conseillé de toujours la garder dans une poche intérieure pour la protéger du froid.
- Autres : syndrome de Raynaud sévère (en raison d'une augmentation de la fréquence et de l'intensité des crises), drépanocytose, insuffisance rénale sévère, pathologies psychiatriques non équilibrées

De manière générale, toute pathologie chronique évolutive et non stabilisée est à prendre en charge avant d'entreprendre un voyage. Emportez vos traitements habituels ainsi qu'une ordonnance écrite en DCI (nom international des médicaments).

Cette liste est non exhaustive et nous vous conseillons de consulter votre médecin traitant pour faire une évaluation de votre état de santé et bénéficier de recommandations sanitaires. Il est également conseillé de mettre à jour les vaccinations habituelles et de commander gratuitement la carte européenne d'assurance maladie (<https://www.ameli.fr/assure/adresses-et-contacts/lobtention-dun-document/commander-une-carte-europeenne-dassurance-maladie-ceam>)

“ *Tikilluarit Kalaallit Nunaat* ”

Terre lointaine et mystique, le Groenland résonne en nous comme une terre d'aventure hors du commun. Si vous avez parcouru le monde, il vous reste le Groenland.

Longtemps réservé à une poignée d'explorateurs, ces terres lointaines où les routes sont inexistantes, se découvrent par la mer ou à pied. Pionniers du voyage d'aventure en terres polaires, 66°Nord est présent au Groenland depuis près de 20 ans. Notre implantation dans ce pays nous permet de vous proposer des itinéraires inédits, des explorations hors des sentiers battus accompagnés par nos guides spécialistes, ainsi que des découvertes en individuel et sur mesure !

Pays des icebergs, des baleines, du kayak mais aussi du traîneau et des aurores boréales, le Groenland bouleverse autant qu'il transporte. Chez 66°Nord, nous vous proposons de le découvrir le plus simplement possible, grâce aux moyens de déplacements locaux et, ou ancestraux. En été, quand les eaux sont libres de glaces et les côtes laissent la végétation arctique se dévoiler, nous organisons donc des séjours kayak et rando pour une expérience au plus proche de la nature brute et sauvage du Groenland. Au printemps, quand la neige recouvre le sol et la banquise la mer, c'est en raquettes, en ski/pulka ou encore en traîneau à chiens que nos séjours vous font découvrir les zones les plus remarquables et diversifiées de la côte Est et de la baie de Disko. Nous avons créés pour vous des voyages exclusifs pour découvrir ce territoire en toute saison, en bivouac à l'image des chasseurs partant plusieurs mois, ou en dur dans les maisons colorées ou cabanes de chasseurs groenlandaises.



D É C O U V R E Z

Le Groenland

Quelques chiffres



Superficie :

2 166 086 km²



Population :

55 847 habitants



Décalage horaire :

-4h00 à -3h00

- 4h00 qu'en France en été

- 3h00 qu'en France en hiver

Infos pratiques



Langue :

Groenlandais

En 2009 la langue officielle devient le Groenlandais (Kalaallisut), devant le Danois. Il fait partie des langues Inuit avec la particularité d'utiliser l'alphabet latin, ce qui n'est pas le cas de toutes. Cette langue appartient au groupe des langues Agglutinantes et Polysynthétiques. C'est-à-dire que chaque mot est constitué d'un assemblage de mots qui ont été réduits de façon synthétique. Ne soyez pas surpris devant la longueur de certains mots, puisqu'un mot peut-être une phrase à lui tout seul.



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 de possibilité de recharger les batteries pendant un raid. Photographes : prévoyez des batteries supplémentaires !



Monnaie & change :

Couronne danoise

Il est possible de faire du change en France ou bien de retirer directement à votre arrivée sur place. Les cartes de crédit internationales sont acceptées dans la plupart des commerces. Ces paiements peuvent éventuellement être soumis à des frais, selon votre banque. Attention, la vie est chère au Groenland et le prix d'un souvenir peut vite monter à plus de 50 euros.

Géographie

Le Groenland est l'île la plus grande du monde. Sa

Us et coutumes

Les Groenlandais sont des descendants de

situation aux confins de l'Atlantique nord et de la mer polaire fait qu'elle est entourée principalement de courants froids. Ses rivages constamment refroidis et le rayonnement glacial provenant de l'inlandsis lui confèrent son climat arctique. L'inlandsis couvre 1 833 900 km² et s'étend du nord au sud sur 2 500 km et jusqu'à 1 000 km de l'est à l'ouest. En son milieu, la glace atteint 3 km d'épaisseur. C'est le long des côtes et sur les îles que se trouvent les régions que la glace ne recouvre pas, soit 341 700 km², cela sur une largeur maximale de 200 km mais les fjords, qui les pénètrent profondément, font communiquer l'inlandsis avec la mer. Le paysage groenlandais est le résultat des névés de l'époque glaciaire, mais plusieurs endroits portent des traces de processus géologiques tels que tremblements de terre, formations de chaînes montagneuses, activité volcanique... Il n'est donc pas étonnant que le Groenland soit un eldorado pour ceux qui s'intéressent à la géologie.

chasseurs-cueilleurs nomade. Ce peuple s'est donc adapté à son environnement rude et a vécu en autarcie pendant de nombreux siècles en croyant aux esprits de la nature. Les Danois les ont rattaché à leur royaume et ont, en l'espace d'un siècle, bouleversé le mode de vie et de croyances traditionnelles des groenlandais qui sont passé en ce temps très court, d'un mode de vie nomade à un mode de vie plus moderne et sédentaire. On trouve donc au Groenland une grande partie du confort moderne même si l'eau courante et les toilettes ne sont pas installées dans tous les villages et que le phoque, la baleine et tous les animaux issus de la chasse, continuent de constituer une grande partie de leur alimentation.

Ainsi, ne soyez pas choqués de voir des chasseurs revenir avec des phoques ou des rennes et n'oubliez pas qu'il n'y a pas d'animaux d'élevage au Groenland ! Vous aurez d'ailleurs peut-être l'occasion de goûter au ragoût de phoque ou au matak : gras de baleine fraîchement découpé. Mais les plats à base de crevettes, de flétan, morue ou même d'omble chevalier conviennent souvent mieux à nos papilles occidentales.

Les chiens de traîneau sont considérés comme des outils de travail et les Groenlandais se comportent avec eux comme des chefs de meute. Un œil non averti pourra donc trouver certains traitements de ces animaux brutaux mais les mushers respectent leurs chiens et les reprennent uniquement pour éviter des comportements dangereux qui auraient de lourdes conséquences sur la banquise.

Sachez également que l'introduction de l'alcool a fait de gros dégâts dans le pays et que la vente d'alcool fort est très réglementée sur le territoire pour limiter les dépendances.

Les Groenlandais sont un peuple souriant et accueillant et sont férus d'arts et de chant. Ils fabriquent de petits totems en forme d'animaux appelés tupilak mais également de nombreux objets à base d'os ou de peaux puisque tout est récupéré dans l'animal chassé. Les danses traditionnelles racontent des récits de chasse et permettent de mieux comprendre la culture groenlandaise. Ce peuple profite de l'instant et se projette peu dans l'avenir, portant en eux une douceur de vivre qui contraste pleinement avec la rudesse des conditions de vie.

QUAND PARTIR

Saisons, climat, festivités

Printemps



Les températures remontent et passent de -25°C en février jusqu'à atteindre des températures positives 3 mois plus tard durant le mois de mai provoquant le début de la fonte des neiges et la débâcle de la banquise.

Le froid est sec et les averses de neige sont limitées à l'Ouest et plus conséquentes à l'Est. La période de mi-

février à mi-avril est donc à privilégier car les températures sont meilleures et les conditions de neige et de glace demeurent excellentes.

La durée du jour est similaire à celle que l'on retrouve en France permettant de belles journées d'activité. Vous pourrez ainsi découvrir les fjords et massifs enneigés et progresser sur la banquise en ski, en raquettes ou en traîneau tout en profitant de nuits sombres, idéales pour observer les aurores boréales.

Activités



Été



Il commence en juin et finit avec le mois d'août. Le Gulf Stream remontant sur la côte ouest permet à cette zone d'avoir des températures oscillant entre 8°C et 15°C voire 20°C et un ensoleillement conséquent.

Il n'est toutefois pas impossible de retrouver des averses de neige ponctuelles à partir de fin août avec une

pluviométrie plus importante : l'automne approche déjà. La côte Est est plus froide de 5°C environ car bordée par un courant froid qui fait redescendre la banquise le long de ces terres.

Le jour est permanent au niveau du cercle polaire. On retrouve de l'obscurité au niveau du cercle polaire à la mi-août, on peut alors espérer observer des aurores boréales. L'été est donc la période idéale pour découvrir le Groenland lors d'un séjour aventure avec des bivouacs sous tente parmi les plus beaux que l'on puisse imaginer ou en dormant en auberge ou dans les maisons communales des villages pour ceux qui veulent plus de confort. Vous pouvez randonner pour arpenter les vallées glaciaires ou surplomber les fjords, naviguer en kayak pour approcher les icebergs et essayer d'apercevoir phoques et baleines ou partir en croisière sur un voilier pour couvrir plus de distance et découvrir par la mer la richesse de ce territoire et accoster dans des criques comme dans des petits villages isolés.

Activités



Automne



L'automne ne dure que quelques semaines entre septembre et octobre. Les températures baissent tout comme la durée du jour, la végétation arctique se part de sa robe automnale et se prépare à hiverner.

Cependant, on peut toujours voyager au Groenland en septembre pour un court séjour en baie de Disko, à

Kangerlussuaq ou dans le sud. Les observations d'aurores boréales sont nombreuses et la luminosité suffisamment bonne pour faire des sorties à la journée en rando ou bateau. Pour les plus sportifs et les plus givrés, c'est également la période où a lieu le marathon du cercle polaire qui vous amènera à courir sur l'inlandsis sur la terre des bœufs musqués.

Activités



Hiver



L'hiver est la saison la plus longue. Au niveau du cercle polaire, la période d'ensoleillement est limitée voire nulle pendant plus de 2 mois [décembre janvier]. Les températures sont entre – 35 et -15°C sur les côtes. D'octobre à mi-février les conditions climatiques et le faible ensoleillement rendent les conditions de voyage



difficile mais pas impossible si vous souhaitez une expérience de nuit polaire. La faible luminosité n'empêchera donc pas les plus courageux de faire du traineau dans la baie de Disko et ils seront récompensés par des aurores boréales. Le retour du soleil est un événement fêté dans chaque village et est un moment très particulier à partager avec les Groenlandais à cette période. [Période de janvier à février selon les latitudes des villages]

Activités





Climat & ensoleillement

Ilulissat

	JANV.	FÉVR.	MARS	AVR.	MAI	JUIN	JUIL.	AOÛT	SEPT.	OCT.	NOV.	DÉC.
 Durée du jour	02h10	07h20	11h05	16h00	21h30	24h00	24h00	18h00	13h30	09h10	04h20	00h00
 Températures moyennes	-16° / -10°	-18° / -11°	-19° / -11°	-12° / -5°	-3° / 3°	2° / 8°	5° / 11°	4° / 10°	0° / 5°	-6° / -1°	-10° / -5°	-15° / -8°

Narsarsuaq

	JANV.	FÉVR.	MARS	AVR.	MAI	JUIN	JUIL.	AOÛT	SEPT.	OCT.	NOV.	DÉC.
 Durée du jour	06h20	08h30	11h20	15h40	17h30	19h20	18h40	16h00	13h00	10h10	07h25	05h30
 Températures moyennes	-11° / -3°	-10° / -1°	-9° / 0°	-4° / 4°	1° / 9°	5° / 13°	6° / 15°	6° / 14°	2° / 9°	-2° / 4°	-7° / 0°	-10° / -2°

et festivités



Janvier : Le retour du soleil

La date est différente selon le village et sa latitude. Les Groenlandais fêtent le retour du soleil après les longs obscurs mois d'hiver. L'occasion de sorties familiales en traîneau à chien, en raquettes...



Fin Février : Nuuk Snow Festival

En février (ou mars selon les conditions météorologiques), Nuuk accueille les meilleurs sculpteurs sur neige ou sur glace de la planète, dont les outils sont obligatoirement traditionnels.



Avril : Avannaata

La course de traîneau la plus populaire du pays qui rassemble dans le nord ouest du pays des mushers venu de tout le Groenland pour désigner leur champion dans une course épique et festive.



21 Juin : Fête nationale

Célébration du jour le plus long de l'année, la fête nationale « Illortuneq » est un événement phare dans le calendrier groenlandais. A cette occasion, partout dans le pays, les festivités sont organisées. Habillé de leur costumes traditionnels coloré, l



Aout : Festival d'art de Disko et de nourriture d'Igasa

Festival de musique et de théâtre qui se déroule sur des scènes extérieures à Ilulissat et Oqaasut. Des artistes locaux et internationaux se produisent pour un échange culturel unique au Groenland. Pour les amateurs de gastronomie locale, c'est au sud d



Octobre : Marathon du cercle polaire

Un marathon unique au monde qui se déroule au niveau du cercle polaire et dont une partie de l'itinéraire se déroule sur l'inlandsis, à même la glace... une course givrée avec frissons garantis!



Décembre : Noël et Nouvel an

Traditionnelles fêtes de fin d'année.