

Finlande, Randonnée bien être en kayak à Posio 6 jours / 5 nuits

**A partir de 1885 € ttc
Eté 2024**

La nature sûre et guérissante de la Finlande nous entoure lors de cette excursion en kayak à Posio, sur le lac Livo et le lac Kitka. Ces lacs sont de magnifiques réserves naturelles, des lacs sauvages et calmes du Sud de la Laponie. Il y a beaucoup de belles îles avec de vieilles forêts. C'est pourquoi cela convient parfaitement pour utiliser les méthodes de l'Esprit de la Forêt lors de ce voyage. L'Esprit de la Forêt est un programme d'exercices de compétences mentales conçu pour utiliser et intensifier les effets curatifs naturels des forêts. Le kayak lui-même peut être très intensif, apaisant et méditatif.

Au cours de cette excursion en kayak, vous pourrez profiter du calme des lacs sauvages ainsi que de l'hébergement authentique sous tente dans de magnifiques paysages lacustres et forestiers. Vous pourrez également profiter de l'air le plus pur du monde et du soleil de minuit magique si vous préférez la période du solstice d'été pour votre aventure ! Le kayak sur le lac sauvage et magnifique est une expérience unique si vous aimez pagayer dans un environnement extraordinaire et culturellement riche !



Faits concernant le voyage

Région : Lac Livo, Lac Posio et Lac Kitka, Posio, Finlande.

Disponibilité : En demande 1.6.–30.9.

Dates : 03-08/08/24.

Nombre de participants : Min 4 personnes, max 8 personnes.

Hébergements : En chalets, tentes ou or hamacs.

Distance : Total approximativement 50 km.

Équipement: Les participants doivent apporter leurs propres vêtements d'extérieur adaptés aux conditions météorologiques. Veuillez demander la liste complète de l'équipement après avoir effectué la réservation.

Équipement inclus dans le prix : Kayak de mer ou kayak double, équipement de pagaie, tente, matelas, sac de couchage, drap de sac.

En coût supplémentaire : Vêtements de pagaie 90 €/tour.

Niveau : Intermédiaire. Les participants doivent avoir une bonne condition physique de base ainsi que des compétences de base en kayak. Ils doivent être capables de pagayer dans des vagues modérées avec un kayak de mer pendant au moins 15 km par jour. Les compétences en natation sont obligatoires.

Langue : Anglais

Assurance : Nous demandons aux participants d'avoir leur propre assurance pour les activités de plein air en Finlande.

JOUR 1 | PARIS / OULU



Vols Finnair à destination d'Oulu avec escale à Helsinki. Deux heures de transport depuis Oulu jusqu'à la cabane de Syöte et Taigalampi. Dîner de bienvenue, brève réunion d'information, présentation du groupe, distribution de cartes et programme de la semaine après le dîner. Questions de sécurité et discussion sur le tourisme durable et comment le mettre en pratique pendant notre voyage. Sauna chaud et douces rêveries entourés par la nature paisible, fraîche et tranquille du sud de la Laponie. Avant de dormir, une dégustation des exercices Forest Mind dans la nature.

JOUR 2 |

Après un petit-déjeuner finlandais complet avec de nombreuses spécialités locales, le tour commence par un transport d'une heure. La merveilleuse expérience du kayak commence depuis la rive du lac Livo vers l'ouest en direction de Hirsiniemi, jusqu'au refuge en bois. Délicieux déjeuner pique-nique au bord du lac. Le parcours en kayak nous emmène via le café Säikänsalmi jusqu'à notre lieu d'hébergement au refuge en bois de Hirsiniemi. De nombreux sites magnifiques apparaissent lors du trajet de la journée. Installation des tentes, détente et rafraîchissement, préparation du dîner ensemble. Hébergement sous tente. La distance parcourue dans la journée est d'environ 15 km.



JOUR 3 |



Après le petit-déjeuner, nous reprenons le kayak. La première tâche consiste à tirer nos kayaks de l'autre côté de l'escarpe, puis à reprendre le kayak après ce petit exercice physique. Le parcours en kayak nous mène d'abord à la partie abritée du lac et nous offre une vue magnifique sur la nature qui nous entoure. Après quelques kilomètres de pagaye, l'environnement change et le parcours passe entre les îles et longe la côte jusqu'au centre de vacances de Livohka. Notre voiture nous attend après

le déjeuner.

Pause déjeuner dans le village et relaxation avec un exercice de style mindfulness près de la forêt après le déjeuner.

Transport jusqu'au lac Kitka et au village de vacances de Himmerki. La visite en kayak continue sur environ 5,5 km jusqu'à notre lieu d'hébergement excitant sur l'île isolée, appelée Karhusaari. Installation des tentes à côté d'une vieille cabane en bois. Détente et rafraîchissement, préparation du dîner ensemble.

Hébergement sous tente. La distance parcourue dans la journée est d'environ 12 km.

JOUR 4 |



Après le petit-déjeuner, nous commençons le kayak en direction de la zone d'îlots du lac ! Il y a beaucoup d'îles, d'escarpements et de collines qui s'ouvrent autour du lac. Le paysage est également caractérisé par des crêtes, des plages de sable propre et de belles côtes rocheuses. Nous nous arrêtons aux tombes de goudron, aux colonies du néolithique et aux pièges, des pièges pour les animaux, fabriqués par nos ancêtres finlandais. Pause déjeuner sur des sites magnifiques et relaxation avec un exercice de style mindfulness

dans la forêt. Kayak jusqu'à notre prochain lieu d'hébergement sur la jolie plage de sable. Installation du village de tentes à côté du foyer sur la plage. Détente et rafraîchissement, préparation du dîner ensemble. Étirement des muscles après une journée de pagaye. Hébergement sous tente. La distance parcourue dans la journée est d'environ 12 km.

JOUR 5 |

Après le petit-déjeuner, nous entamons notre dernier jour de kayak. Une superbe excursion se poursuit entre des sites culturels célèbres et se termine sur la plage forestière. Déjeuner avant le transport. Retour à Syöte et à la cabane de Taigalampi. Dîner d'adieu, sauna, baignade dans le petit lac et détente. Réflexion et réflexion sur les expériences après le tour de bien-être dans la nature. Hébergement dans la cabane. La distance parcourue dans la journée est d'environ 9 km.



JOUR 6 | OULU/ PARIS

Jour de départ. Après un petit-déjeuner agréable et nutritif, transport en voiture vers l'aéroport/gare d'Oulu.

Vols Finnair à destination de Paris avec escale à Helsinki.

Fin de nos services

Nous nous réservons tous les droits de modifier l'itinéraire, l'ordre des activités ou le contenu du programme en raison des conditions météorologiques ou d'autres circonstances.

Randonnée bien être en kayak à Posio
Eté 2024

Prix par personne en Euros ttc	Chalet
Adulte	1885 €

NOS PRIX COMPRENNENT :

- Les vols Finnair Paris/Oulu/Paris avec escale à Helsinki en classe économique
- Les taxes aéroport 95 euros à ce jour modifiable
- Les transports aller-retour depuis l'aéroport d'Oulu
- Les services d'un guide
- Les hébergements mentionnés dans le circuit
- L'équipement nécessaire pour le circuit
- La pension complète (petit-déjeuner, déjeuner à emporter et dîner)
- L'assistance Premium O-Nord 24/7 en dehors des heures de bureau
- L'assurance d'assistance offerte

NOS PRIX NE COMPRENNENT PAS :

- L'assurance annulation Multirisque Premium (nous consulter)

Bon à savoir :