# MARATONA LEIF ERIKSSON E LE MERAVIGLIE DELLA GROENLANDIA

Viaggio in Groenlandia a partire da 2350 Euro + spese

**IN BREVE:**

Una maratona con una splendida vista sui fiordi e sui paesaggi groenlandesi! Grazie a questo viaggio avrai la possibilità di conoscere il sud della Groenlandia e di partecipare a una delle maratone più belle al mondo: la Leif Eriksson Marathon! Potrai decidere quale distanza percorrere: 10 km, mezza maratona (21 km) o la maratona (42 km), ma in qualsiasi caso vivrai una delle esperienze più incredibili di sempre!.

In una settimana avremo la possibilità di conoscere questa terra fantastica: percorreremo a piedi i suoi incredibili sentieri tra paesaggi di tundra, lingue glaciali, ghiacciai e navigheremo tra le placide acque dei fiordi ricoperte da iceberg a bordo di un'imbarcazione semirigida che ci permetterà di godere al meglio delle mille sfumature di questi ghiacci millenari. Realizzeremo i migliori trekking ed escursioni a stretto contatto con la natura incontaminata di uno dei luoghi più selvaggi sulla Terra e nelle serate più limpide, avremo il privilegio di osservare il magico fenomeno delle Aurore Boreali, visibili anche nella stagione estiva a queste latitudini da metà agosto.

**IN ITINERARIO:**

**DATE DI PARTENZA:**

Ago: 16

## PROGRAMMA DI VIAGGIO:

mappa:

## QUOTE

Quotazione su richiesta

## PER CAPIRE IL VIAGGIO

**Ulteriori dettagli:**

La quota include:
- Volo di andata e ritorno da Reykjavik Keflavik o Copenaghen a Narsarsuaq;
- trasferimenti in imbarcazione semirigida e con altri mezzi di trasporto in Groenlandia come da programma;
- tutti i pernottamenti in rifugio o in tenda come da programma;
- tutti i pasti: colazione al mattino, pranzo al sacco tipo pic-nic, e cene con cibi caldi (esclusi quelli dei giorni dei voli, durante i trasferimenti negli aeroporti);
- trasporto di tutto il materiale necessario per la spedizione fino al punto di partenza ai piedi del ghiacciaio;
- volo in elicottero di ritorno a Narsarsuaq;
- visita guidata all'antico insediamento di Brattahlid;
- cena a base di specialità groenlandesi;
- noleggio di tutto l'equipaggiamento specifico necessario per la traversata;
- equipaggiamento specifico per la navigazione in imbarcazione semirigida;
- guida/e di lingua inglese (da 1 a 3 a seconda del numero di partecipanti).

Non include:
- Volo A/R dall'Italia a Reykjavik o Copenaghen - contattateci per la ricerca voli;
- tasse aeroportuali volo Reykjavik/Narsarsuaq – Copenaghen/Narsarsuaq;
- pernottamenti, trasferimenti e pasti a Reykjavik o Copenaghen - consultateci per i pernottamenti pre e post tour;
- escursioni opzionali*:
escursione con i kayak a Tasiusaq: 70 Euro (minimo 2 persone)
visita del fiordo di Qooroq: 76 Euro (minimo 4 persone)
- abbigliamento personale da montagna;
- pasti/colazione durante i trasferimenti negli aeroporti, nei giorni di volo e quelli non contemplati nel programma (il pranzo dell'ultimo giorno di viaggio);
- pernottamenti, pasti extra, cancellazione dei voli, emissione nuovi voli dovuti a ritardi, cattive condizioni meteorologiche, scioperi aeroportuali, o qualsiasi altra causa che non dipenda dall'agenzia organizzatrice;
- Iscrizioni, quote assicurative e tasse aeroportuali (vedi box prezzi);
- tutto quanto non espressamente indicato alla voce "La quota comprende".

* Raccomandiamo di comunicare con anticipo l'interesse nell'effettuare escursioni opzionali, prima dell'arrivo in Groenlandia. Le escursioni vanno pagate in loco e possono essere pagate in euro.

NB: un viaggio a queste latitudini è da considerare come una vera e propria spedizione artica in una regione del pianeta particolarmente poco collegata ed esposta alle condizioni meteo; Nel caso in cui le condizioni ambientali lo imponessero, c'e' la possibilità di dover sostenere l'imprevisto acquisto di nuovi biglietti aerei e/o pernottamenti in transito. Il viaggiatore deve essere consapevole che un viaggio a queste latitudini espone a questi (rari) rischi.

INFORMAZIONI SUL VIAGGIO

Gruppo: minimo 4 - massimo 9 persone

Prenotazioni e depositi: acconto del 40% del prezzo totale dei servizi prenotati – saldo entro 45 giorni prima della

partenza. Per prenotazioni in epoca successiva a tale termine il saldo dovrà essere versato al momento della prenotazione in un'unica soluzione.

Termine d'iscrizione: Raccomandiamo di realizzare l'iscrizione con un buon anticipo per poter trovare migliori soluzioni e tariffe dei voli. L'iscrizione è comunque possibile in qualsiasi momento previo verifica della disponibilità di posti liberi nel tour e dei posti liberi nei voli a Narsarsuaq; sotto data potrebbe esserci un supplemento applicato dalla compagnia aerea.

Età minima: L'età minima consigliata per la partecipazione a questo tour è di 18 anni compiuti.

Condizione fisica: É necessario avere una minima esperienza alpinistica e di godere di una buona forma fisica. Il viaggio non è tecnicamente difficile ma prevede l'uso dei ramponi, si procede in cordata sarebbe quindi consigliato di conoscere le tecniche di progressione sul ghiaccio, che comunque verranno insegnate prima dell'inizio della traversata. Le condizioni che si incontreranno durante il viaggio potrebbero essere rese difficili dal peso dell'equipaggiamento, dalle condizioni irregolari del ghiaccio e dalla presenza di acqua sopra il ghiaccio (in certi punti può raggiungere la profondità di circa un metro). Si raccomanda di fare un po' di allenamento, specialmente corsa o escursioni in montagna per potenziare la resistenza, con almeno un mese di anticipo rispetto alla partenza.

Tipologia di tour: Si tratta di una spedizione, livello medio.

Le attività: Questo tour è una spedizione a tutti gli effetti: la natura inesplorata e il paesaggio selvaggio lo rendono molto spettacolare, ma allo stesso tempo richiedono una particolare attitudine e preparazione nell'affrontarlo. Le tappe giornaliere prevedono dalle 4 alle 5 ore di marcia effettiva, salvo condizioni eccezionali che impongano di allungare o accorciare il tragitto previsto. Tutto il tragitto si effettua in cordata e l'uso dei ramponi sarà limitato solo per brevi tratti. A causa della presenza di molta acqua, per la traversata si consigliano scarponi resistenti rigidi o semi-rigidi e impermeabili. L'organizzazione fornirà un paio di ghette ad ogni partecipante.

Il bagaglio e lo zaino: Trattandosi di un tour itinerante, durante la spedizione ogni partecipante trasporterà il proprio zaino con il materiale personale e una parte del materiale comune con l'ausilio delle pulkas (delle piccole slitte, una per ogni partecipante). Il peso medio calcolato è di circa 30-35 kg a testa. Nella preparazione del bagaglio è dunque fondamentale seguire la lista di materiale consigliato e portare un bagaglio moderato, evitando di portare cose inutili per ridurre il peso. Durante i trekking del primo e ultimo giorno di viaggio invece, ogni partecipante porterà con sé uno zainetto da 25/30 litri con il materiale personale, i vestiti di ricambio, il k-way, la macchina fotografica e il pranzo a sacco necessari per la giornata. Il resto dell'equipaggiamento personale rimarrà nello zaino grande nel rifugio.

Il gruppo: Il gruppo va da un minimo di 3 a un massimo di 9 persone. Al tour partecipa un gruppo piccolo di persone, in qualche modo un piccolo gruppo di amici: il numero ridotto di persone rende il clima del viaggio più familiare e rende la convivenza dei membri del gruppo più semplice. Viene richiesto spirito di collaborazione e buona volontà nel creare un ambiente amichevole e gradevole. Elementi fondamentali sono anche il buon umore e la tolleranza verso i compagni di viaggio. Poiché l'organizzazione del viaggio è internazionale, questa partenza prevede la partecipazione di un gruppo misto in cui sarà possibile conoscere persone di nazionalità diverse dalla propria con cui condividere l'avventura e instaurare rapporti di amicizia basati sulla reciproca comprensione.

La guida: Il viaggio sarà accompagnato da 1 a 3 guide in base al numero di partecipanti. In caso di pericolo e di condizioni meteo avverse, le guide hanno facoltà di modificare il programma se lo ritengono necessario. Le guide sovraintendeono sulla sicurezza del gruppo, i partecipanti devono seguire le indicazioni di comportamento da loro fornite per lo svolgimento dell'itinerario. Le guide coordinano inoltre tutte le operazioni comuni in cui viene richiesta la piena collaborazione di tutti. Durante la permanenza e l'avventura nel sud della Groenlandia, è possibile che diverse guide si alternino e si incarichino della buona riuscita del programma descritto.

Le attività comuni: Quest'avventura, richiede spirito di collaborazione, complicità, solidarietà e lavoro in squadra, elementi fondamentali sono anche il buon umore, un clima amichevole e tolleranza verso i compagni di viaggio. La guida coordinerà e parteciperà a tutte le operazioni comuni in cui viene richiesta la piena collaborazione di tutti: carico e scarico delle imbarcazioni, montaggio e smontaggio delle tende, preparazione dei pasti, lavaggio dei piatti e tutte le altre necessità che possano sorgere.

Clima e ore di luce: Le condizioni meteorologiche in Groenlandia sono molto variabili. Nonostante il clima nel sud della Groenlandia sia abbastanza temperato, è necessario essere sempre ben equipaggiati per l'eventualità di precipitazioni. Nei mesi estivi, le temperature delle zone costiere del Sud della Groenlandia oscillano tra gli 8º e i 15º C durante il giorno e scendono tra i 0º e i 5º C durante la notte, con occasionali gelate durante la seconda metà di agosto. Sulla calotta polare le temperature oscillano solitamente tra i 0º e i 10º C durante il giorno, e tra i 0º e i -5º C durante la notte. Generalmente si mantengono tra i -5º e i +5º C. Potrebbe piovere o nevicare in qualsiasi momento della traversata e le condizioni possono variare velocemente. I fenomeni più temibili potrebbero essere la nebbia e il vento, in particolare il vento Foehn che arriva dall'interno del paese e può raggiungere anche i 100 km all'ora. Nel periodo in cui si effettua il viaggio la luce é praticamente continua durante tutta la giornata anche se non si raggiungono mai le 24 ore di luce continua.

Aurora Boreale: L'Aurora Boreale rappresenta una delle manifestazioni naturali più suggestive del pianeta, uno spettacolo di luce in movimento che delizia il cielo nelle serate più serene e limpide delle regioni polari. Generalmente sono osservabili solo in inverno, ma la regione meridionale della Groenlandia, celebre per essere uno dei migliori punti di osservazione di questo magico fenomeno, offre la possibilità di ammirare le aurore boreali anche in estate da metà agosto e in settembre, quando la luce estiva inizia a essere più fioca durante le lunghe e luminose serate artiche.

Gli accampamenti: Il campo base di Qaleraliq è situato in uno dei luoghi più spettacolari della regione, dove potremo sperimentare la natura selvaggia e incontaminata della Groenlandia, e dove, oltre a questo accampamento totalmente pulito e senza impatti per l'ambiente, sono assenti altri segni della presenza umana. È costituito da una tenda domo confortevole e dotata di tavoli e sedie da campeggio che funge da sala da pranzo comune, dove verranno servite colazioni e cene. Dispone poi di una tenda equipaggiata con fornelli a gas dove si trova la cucina. Il pernottamento è previsto in varie tende in spazi condivisi dotati ciascuno di 4 brandine e si dorme nei propri sacchi a pelo. L'accampamento dispone inoltre di bagno secco esterno e condiviso, situato a circa 50 m. di distanza. Si tratta di un campo già montato precedentemente all'arrivo dei gruppi e coordinato da una guida di Alta Montagna che assicura un buon soggiorno nell'accampamento ed è incaricata di accompagnare i gruppi nell'escursione sul ghiacciaio. Durante l'esplorazione della calotta polare, il pernottamento è previsto in tende da spedizione che verranno montante dal gruppo sul ghiaccio. Attenzione: negli accampamenti non c'è la possibilità di ricaricare pile e batterie con energia elettrica, si consiglia pertanto di portare con sé pile/batterie di ricambio o in alternativa un piccolo pannello solare da viaggio.

Pernottamento: A Qassiarsuk si pernotta presso il Leif Eriksson Hostel, ubicato nelle immediate vicinanze delle rovine dell'antico insediamento vichingo. Il rifugio è confortevole, pulito e con una spaziosa terrazza con bella veduta del fiordo, dispone di camere multiple dotate di letti a castello con docce e servizi comuni. Si dorme in sacco a pelo proprio. Il rifugio è inoltre provvisto di un proprio cuoco e di personale di manutenzione. I pernottamenti previsti al rifugio Leif Eriksson potrebbero essere sostituiti con pernottamenti presso l'accogliente rifugio di Tasiusaq, situato in una piacevole fattoria abitata da 7 persone. Il rifugio dispone di un accogliente spazio comune e di una terrazza dalla quale si possono ammirare delle viste spettacolari sull'area circostante.

Comunicazioni e sicurezza: Tutta la traversata del ghiacciaio si effettua in cordata; prima di iniziare ufficialmente la spedizione si effettua un breve corso sulle tecniche di sicurezza e di progressione sul ghiaccio. La zona attraversata non è caratterizzata da enormi crepacci ed è coperta da una buona coltre di neve che ne facilita l'attraversamento. La guida sarà munita di un telefono cellulare satellitare Iridium con copertura globale, e da un GPS satellitare per l'orientamento.

In caso di necessità sarà possibile essere raggiunti ore da un elicottero in poche ore, se le condizioni climatiche lo permettono. I telefoni cellulari funzionano nei centri urbani come Narsarsuaq, Qassiarsuk, Narsaq e Igaliku e in molte zone della costa. L'accampamento di Qaleraliq è provvisto di telefono satellite Iridium e di radio. Le imbarcazioni sono dotate di radio a banda marina.

Cartografia: La regione nella quale si effettua la spedizione è una delle ultime aree del mondo non ancora adeguatamente mappate e viene solitamente rappresentata in bianco come "territorio inesplorato". Per le zone di terra si utilizzano mappe in scala 1:250.000 della Kort & Matrykelstyrelsen della Danimarca, oltre a dispositivi GPS e bussole.

Condizioni del ghiaccio: La superficie del ghiaccio durante l'estate ha condizioni mutevoli e difficili da prevedere. Si possono suddividere quattro zone con condizioni ben differenti tra loro: - la lingua glaciale Qaleraliq Sermia: ghiaccio vivo, numerosi crepacci resi irregolari dal procedere dell'erosione glaciale. In alcuni punti è impossibile procedere, in altri è più facile con l'aiuto dei ramponi, in altri invece si procede senza grossi problemi. Il ghiaccio non è pulito ed è mischiato a terra e a polvere; - oltre la lingua glaciale si accede ad un area più piatta e regolare dove si spariscono le ultime tracce di terra ferma. Il ghiaccio vivo è compatto e si trovano profondi crepacci da aggirare procedendo a zig-zag. Sul ghiaccio vivo si scende gradualmente mediante piccoli scalini naturali; - la zona del disgelo, dove la neve si trasforma in acqua: area dove acqua e neve si mescolano in percentuali variabili formando veri e propri fiumi e laghi glaciali. Profondità dell'acqua e facilità di progressione sono diversi tutti gli anni e variano in base alle condizioni climatiche dei periodi precedenti e oscillano tra i 500 e i 1000 m di altitudine; - plateau innevato: l'ultima zona che si incontra, dove la neve in estate è umida e sotto il suo grosso strato di solito c'è molta acqua. Il gelo della notte indurisce la neve e facilita la progressione. Il plateau non è perfettamente piano e scende in terrazze verso la costa. La spedizione attraversa tutte queste aree diverse, con condizioni mutevoli da un anno all'altro. L'itinerario varia a seconda delle condizioni che si incontrano durante la traversata. La spedizione raggiunge gli 800-1000 m e se l'anno è stato umido e freddo verrà meno la probabilità di addentrarsi nella calotta, rispetto al caso di una stagione calda e secca, che faciliterebbe la traversata.

Volo di ritorno in elicottero: Al termine della traversata, un elicottero recupererà il gruppo presso l'accampamento base del nunatak di Aputaiutseq. Durante il ritorno a Qassiarsuk, si sorvolerà un'immensa massa di ghiaccio, l'Inlandis, e uno straordinario sistema di fiordi, bianchi deserti, colline verdi e laghi dalle differenti forme e dimensioni.

Alimentazione: Durante i giorni del tour si ha la possibilità di assaggiare alcuni degli alimenti tipici della cucina groenlandese: carne e grasso di foca bolliti ed essiccati, carne di balena, pelle cruda di balena, carne di caribù, fletan affumicato, anmassat e baccalà essiccato, pane eschimese, ecc. A questa latitudine nord la scelta degli alimenti è molto limitata, tuttavia, faremo il possibile per offrire il massimo nella scelta degli alimenti. Il pranzo è solitamente un buffet freddo tipo pic-nic mentre la cena è sempre un pasto caldo preparato presso il luogo dove si pernotta dalla guida assieme alla collaborazione del gruppo: alcuni prodotti sono in scatola. Colazione: Caffè, tè, tisane, cacao in polvere, latte in polvere, biscotti, pane, marmellata, müesli e cereali. Pranzo: Il pranzo è solitamente un buffet freddo tipo pic-nic: pane, formaggio, salumi, prosciutto, paté, burro, cioccolata, frutta secca, biscotti, zuppa calda, aranciata e limonata. Cena: La cena è sempre un pasto caldo preparato presso il luogo dove si accampa o pernotta: riso, pasta, purè di patate con carne, salsicce, pancetta, würstel, tonno, calamari. Qualora il viaggiatore abbia delle esigenze alimentari particolari, intolleranze, celiachia, o sia vegetariano, deve segnalarlo prima della partenza compilando un apposito modulo al momento della prenotazione; in questo modo le guide possono essere informate delle specificità di ognuno e venire incontro, nel limite del possibile, alle esigenze di tutti i viaggiatori.

Navigazione e imbarcazioni: I tragitti via mare si effettuano con un'imbarcazione semirigida a motore, guidata da personale esperto nella navigazione delle acque del sud della Groenlandia. Si tratta del mezzo di trasporto ideale per effettuare brevi tragitti in tempi rapidi, avvicinarci ai fronti glaciali o navigare tra gli iceberg, sfruttando al meglio il tempo da trascorrere a terra. Queste imbarcazioni sono molto sicure, permettono di raggiungere zone inaccessibili con altri mezzi grazie alla loro versatilità e alla superficie ridotta, e accentuano lo spirito d'avventura. Tutte le imbarcazioni

utilizzate durante il tour sono inoltre registrate, approvate e conformi a tutte le misure di sicurezza della Marina Danese. Per la navigazione l'organizzazione fornirà ad ogni partecipante tutto il materiale di sicurezza necessario. Per alcuni tratti gli spostamenti con imbarcazione semirigida potranno essere alternati ad altri mezzi di trasporto.

INFORMAZIONI PRATICHE

Valuta: DKK Corona Danese in Groenlandia - ISK Corona islandese in Islanda Trattandosi di una valute poco richieste, le banche italiane solitamente non danno la possibilità di cambiare la corona Danese e Islandese in Italia se non per grossi quantitativi e a condizioni più svantaggiose. Il modo più conveniente di cambiare corone danesi è di prelevare all'aeroporto di Copenaghen con la carta Visa, 4B e MasterCard, o cambiare il giorno dell'arrivo in Groenlandia presso l'ufficio del Tour Operator a Narsarsuaq, l'hotel Narsarsuaq, il rifugio Leif Eriksson oppure negli sportelli automatici presenti nelle città (a seconda delle carte di cui si dispone). Il modo più conveniente di cambiare corone islandesi invece è di prelevare all'aeroporto di Keflavik o in centro a Reykjavik con la carta Visa, 4B e Mastercard. Tuttavia, è possibile effettuare la maggior parte degli acquisti con carta Visa. Per sapere il cambio aggiornato di queste monete si può visitare il sito della Banca Centrale Europea www.ecb.int (cliccare nella sezione "Euro foreign exchange reference rates" e cliccare su "Currency" DKK o ISK).

Spese durante il viaggio: La Groenlandia è uno dei paesi più costosi del mondo. I prezzi sono da due a quattro volte più alti che in Italia. Vi consigliamo di munirvi di circa 450 - 1000 DKK (50 - 130 euro) per le spese personali ed extra in Groenlandia. Possibilità di acquistare articoli dell'artigianato locale presso l'ufficio di Narsarsuaq o presso il rifugio Leif Eriksson a Qassiarsuk.

Fuso orario: 4 ore in meno a Narsarsuaq - 2 ore in meno a Reykjavik - nessuna differenza oraria a Copenaghen Passaporto: Obbligatorio (valido per l'espatrio) con validità residua di almeno tre mesi oltre il periodo di permanenza

Visto: No

Vaccini: Non sono richieste vaccinazioni specifiche

Tessera Sanitaria Europea: Si consiglia di portate la Tessera Sanitaria Europea che certifica il diritto del titolare a ricevere prestazioni sanitarie, qualora necessario, durante la permanenza in qualsiasi paese dell'Unione Europea.

Assicurazione medico-bagaglio: è obbligatoria la stipulazione di una polizza di assistenza a copertura delle spese sanitarie durante la permanenza in Groenlandia, Danimarca e/o Islanda. In caso di emergenze o urgenze è necessario presentare la propria Tessera Sanitaria Europea e chiamare i numeri riportati nel fascicolo dell'assicurazione.

Corrente Elettrica: 220 V - 50 Hz - Prese Elettriche Utilizzate: prese a due poli senza messa a terra di tipo C & tipo K (http://it.wikipedia.org/wiki/Spina_elettrica). È possibile in alternativa munirsi di un adattatore universale. N.B. durante i giorni di spedizione non c'è la possibilità di ricaricare pile e batterie con energia elettrica: si consiglia pertanto di portare con sé pile/batterie di ricambio o in alternativa un piccolo pannello solare da viaggio.

Medicinali: Le guide dispongono di una cassetta di pronto soccorso con il necessario in caso di prima necessità; consigliamo di munirsi, oltre ai farmaci di uso personale, anche di medicinali utili a piccoli traumi e a dolori muscolari e articolari, analgesici, antipiretici, pomate, spray per urti o distorsioni, cerotti, medicazioni per vesciche, vaselina, ecc.

Lingua: In Groenlandia si parla il Groenlandese occidentale o Kalallisut, parlato da 40.000 persone e per questo considerato come la lingua Inuit più importante del mondo. Si parla anche l'Inuhumiutut nel nord del Paese ed il Tunumiutut nella costa est. Quasi tutti parlano un po' di danese, che è la seconda lingua ufficiale del paese. I giovani parlano anche l'inglese. La lingua Inuit ha una struttura agglutinante, proveniente dal ramo eskimo-aleutino, parlato nelle

regioni che vanno dalle isole Aleutine fino alla costa ovest della Groenlandia e avente, come l'etnia Inuit, origine asiatica.

Il paese: La Groenlandia è uno dei paesi più singolari del pianeta: un'enorme isola nel cui interno è racchiuso un immenso ghiacciaio di più di due milioni di chilometri quadrati (la calotta polare) circondata da una cintura montuosa costiera che si affaccia su un mare ghiacciato per la maggior parte dell'anno. La costa ospita una popolazione di 57.000 persone, per la maggior parte di etnia eschimese, che vive prevalentemente di pesca, di caccia e di allevamento. La Groenlandia ha uno statuto semi indipendente dalla Danimarca, e le sue città più importanti si trovano sulla Costa occidentale (la capitale Nuuk conta 15.000 abitanti). La zona settentrionale è praticamente disabitata. Per avere maggiori informazioni sulla Groenlandia, potete visitare la pagina web: http://www.greenland.com/en/

Trasporti: Nel paese non esiste una rete stradale; tutti i collegamenti si effettuano in imbarcazioni, aereo, e in elicottero (in base alla stagione e al tragitto).

Franchigia bagaglio nei voli di linea: E' possibile raggiungere il Sud della Groenlandia dall'Islanda o dalla Danimarca. La compagnia aerea islandese Air Iceland, opera dall'aeroporto domestico di Reykjavik: nei loro voli sono consentiti 20 kg di bagaglio in stiva e 6 kg di bagaglio a mano. La compagnia aerea di bandiera Air Greenland opera invece dall'aeroporto internazionale di Copenaghen. Ad ogni viaggiatore è consentito portare un bagaglio a mano di 8 kg mentre il bagaglio in stiva non deve superare i 20 kg.

Combinazione tour Islanda + Groenlandia: in caso di combinazione tour Islanda + Groenlandia sono inclusi i trasferimenti dall´aeroporto internazionale il giorno di arrivo in Islanda e all´aeroporto internazionale il giorno di partenza per la Groenlandia; i trasferimenti da e per l'aeroporto al rientro dal tour in Groenlandia non saranno invece inclusi nel pacchetto e saranno a carico dei partecipanti.

EQUIPAGGIAMENTO
Qui di seguito alcuni consigli sull'abbigliamento consigliato per i tour a queste latitudini.

Innanzitutto è molto importante che tutto l'abbigliamento si asciughi in tempi brevissimi, quindi il cotone è assolutamente sconsigliato per questo viaggio, soprattutto perché assorbe molta umidità e fa evaporare la maggior parte del calore emesso dal nostro corpo. Sarebbe meglio portare la lana e la seta o fibre sintetiche che si asciugano velocemente.

Raccomandiamo di dividere tutto l'equipaggiamento in due bagagli:
- Uno zaino da 60/70 litri (no borse o valigie) dove riporre tutto il nostro bagaglio e i vestiti e nel quale verrà trasportato tutto l'abbigliamento e il materiale personale necessario durante il viaggio.
- Uno zainetto piccolo da 25-30 litri da utilizzare come bagaglio a mano durante i voli di andata e ritorno e per trasportare il pranzo a sacco e le cose personali (macchine fotografiche, k-way, guanti, cappello, occhiali da sole, vestiti di ricambio ecc.) durante i trekking previsti per il primo e l'ultimo giorno di viaggio.

Si consiglia di trasportare nel bagaglio a mano durante il volo di andata gli scarponcini da trekking, l'abbigliamento tecnico (pantaloni e magliette), la giacca in Goretex, il pile, gli occhiali da sole, il berretto, i guanti e tutto il necessario per poter iniziare il tour in caso di smarrimento del bagaglio.

EQUIPAGGIAMENTO COMUNE FORNITO DALL'ORGANIZZAZIONE

MATERIALE VARIO PER L'ACCAMPAMENTO
- tende negli accampamenti
- pale da neve

- materiale vario da campeggio (fornelli, stoviglie, pentole...)
- kit di pronto soccorso

COMUNICAZIONI
- 1 radio a banda marina (nelle imbarcazioni)
- 1 telefono satellitare Iridium con copertura globale

ORIENTAMENTO
- bussole
- carte geografiche
- GPS , DeLorme Satellite Messenger o simile (per la localizzazione e comunicazione satellitare)

SICUREZZA
- corde e attacchi
- carrucole e piccozze
- chiodi da ghiaccio
- moschettoni e rinvii

ATTREZZATURA SPECIFICA PER LA PROGRESSIONE
- sci con attacchi e pelle di foca specifici per le traversate polari
- ghette da neve o copri stivali
- pulka
- ramponi

EQUIPAGGIAMENTO PERSONALE
- salvagente (per la navigazione in imbarcazione semirigida)
- 1 parka polare (giubbotto imbottito per la navigazione in imbarcazione semirigida durante la quali suole far freddo e tira vento)

EQUIPAGGIAMENTO PERSONALE NON FORNITO DALL'ORGANIZZAZIONE

TESTA
- berretto di lana o pile (consigliato tipo Windstopper o simile)
- sciarpa tubolare in pile o buff
- occhiali da ghiacciaio
- pila frontale

CORPO
- 2 magliette termiche fine in fibra sintetica (regolano la sudorazione e mantengono la pelle asciutta)
- 1 pile
- 1 micropile
- 1 o 2 paia di pantaloni da trekking impermeabili e traspiranti (tipo Gore-tex o altra membrana) meglio se possono diventare corti
- 1 paio di K-Way copri pantaloni
- 1 giacca impermeabile e traspirante (tipo Gore-Tex o simili)
- 2 paia di calze lunghe/collant termiche
- 1 K-way o poncho (dotato di cintura affinchè il vento non lo rompa/strappi)

MANI

- 1 paio di guanti in pile (consigliati tipo Windstopper o simile)
- 1 paio di manopole impermeabili e anti-vento (per proteggere le mani dal vento e dalla pioggia)

PIEDI
- 1 paio di scarponi da trekking resistenti e impermeabili (consigliate semi-rigide e che si possano utilizzare con i ramponi)
- 3 paia di calze
- 1 paio di scarpe comode, ciabatte o pantofole per i pernottamenti (opzionali) MATERIALE VARIO
- 1 sacco a pelo sintetico (temperatura comfort -15 ºC) e un materassino (è possibile noleggiarli a Narsarsuaq ma vanno prenotati prima della partenza)
- coltellino da tasca
- borraccia
- tappi per le orecchie e mascherina paraluce per occhi
- crema solare e burro di cacao per le labbra (protettivi contro i raggi UVA)
- asciugamani (suggeriti quelli in microfibra che occupano poco spazio e si asciugano rapidamente)
- prodotti per la toilette personale (meglio se biodegradabili)

MATERIALE PER LE ESCURSIONI
- uno zaino da 60/70 litri per trasportare il proprio bagaglio personale e il materiale comune (no borse o valigie)
- uno zainetto piccolo da 25-30 litri da utilizzare come bagaglio a mano durante i voli di andata e ritorno e per trasportare il pranzo a sacco e le cose personali (macchine fotografiche, k-way, guanti, cappello, occhiali da sole, vestiti di ricambio ecc.) durante le escursioni giornaliere prima e dopo la traversata della calotta polare
- bastoncini da trekking
- imbragatura da arrampicata

Nota: Questo non è un elenco definitivo. Aggiungere gli articoli per la toilette personale, gli asciugamani (consigliati quelli in microfibra che occupano spazi minimi e si asciugano velocemente), la biancheria intima, vestiti comodi per i giorni di volo, medicine personali. Si raccomanda di limitare il bagaglio tenendo conto dello spazio disponibile.

LA NOSTRA FILOSOFIA
L'intento di 4Winds T.O. è quello rendere accessibile l'Artico nel rispetto della natura e dei popoli che lo abitano mediante la pianificazione di tour che si ispirino allo spirito d'esplorazione polare.
Tutti i nostri tour artici sono attivi, studiati per realizzare in totale autonomia e in modo essenziale, ma tranquillo, itinerari a piedi, in kayak, con gli sci, con i cani da slitta, in canoa o con le mountain bike nel rispetto della natura.
Itinerari con vari livelli di difficoltà e tipologie di viaggio: da semplici escursioni in Norvegia a traversate polari con gli sci al Polo Nord. Tutti gli itinerari sono pianificati da professionisti e sono frutto di una ricerca costante e meticolosa per offrire in tutta sicurezza il meglio dell'Artico. I nostri collaboratori sono esperti conoscitori dell'Artico, operano direttamente sul territorio, lavorano a stretto contatto con la popolazione locale e sono in grado di proporre itinerari sicuri e unici.
Gli itinerari sono pensati in piccoli gruppi per apprezzare al meglio la bellezza dei luoghi, agevolare lo svolgimento delle attività e favorire la socializzazione del gruppo, in un clima quasi familiare che presuppone da parte dei partecipanti flessibilità, spirito di collaborazione e adattamento, inserimento e condivisione come se si trattasse di un gruppo di amici.
I gruppi sono accompagnati da guide naturalistiche esperte, preparate e addestrate per garantire in ogni momento la sicurezza del gruppo e rendere il viaggio unico e indimenticabile.
Nella scelta del viaggio è fondamentale adeguare la tipologia di tour che si andrà a realizzare e il relativo livello di difficoltà con le proprie aspettative, capacità e condizione fisica. Si tratta di viaggi di gruppo che offrono il privilegio di trovarsi in spazi naturali unici, che presuppongono il rispetto verso le popolazioni che si andranno ad incontrare nonché verso i compagni di viaggio. Le zone nelle quali si sviluppano questi tour sono remote, lo stile di vita è essenziale e gli

avvenimenti, nel loro senso più ampio, molto meno prevedibili rispetto ad una vacanza convenzionale. La natura di questi viaggi avventura lascia, per definizione, una porta aperta all'inaspettato e questa flessibilità - necessaria ed imprescindibile - esige da parte dei partecipanti un atteggiamento "da viaggiatori" e non da "tipici turisti vacanzieri".

OSSERVAZIONI

Vistare l'artico in piena sicurezza significa sottostare alle condizioni imposte dalla natura, gli itinerari previsti pertanto potrebbero essere soggetti a modifiche e variazioni: le condizioni meteorologiche e del ghiaccio, la scarsità di infrastrutture, i mezzi di trasporto, i possibili ritardi dei voli o delle imbarcazioni e molti altri fattori imprevedibili possono costringere l'organizzazione a modifiche o cambiamenti nel programma di viaggio e per questo richiedono una certa flessibilità da parte dei viaggiatori. Non capita spesso che un itinerario venga sostanzialmente modificato, ma se fosse necessario, la guida e l'organizzazione hanno facoltà di apportare delle modifiche e decidere la migliore alternativa. Tutti i tour sono organizzati da professionisti al fine di garantire delle condizioni di comodità sufficienti e la soddisfazione di condividere un Viaggio Unico. Ci saranno giornate molto piacevoli e confortevoli, altre dove la comodità verrà messa da parte per addentrarsi in luoghi poco accessibili ma esclusivi. Arrivare dove la natura è intima e grandiosa presuppone, in alcune occasioni, di pernottare in alberghi locali senza le comodità tipiche del mondo occidentale o dormire in tende per vari giorni, dover rinunciare a volte alla doccia, circolare lungo remote strade sterrate e polverose, dover aiutare a tirar fuori il veicolo dal fango, navigare o spostarsi con temperature basse. Questi tour devono essere vissuti dai partecipanti in modo attivo, da protagonisti, come membri integranti di una spedizione ricca di emozione, sempre pronti all'imprevedibile.

4Winds da per inteso che il viaggiatore partecipa volontariamente a questo viaggio o spedizione e che è cosciente di partecipare ad un tour in un paese straniero con caratteristiche molto differenti rispetto al proprio paese di origine, percorrendo e visitando zone lontane e remote di un paese o diversi paesi "polari" dove le strutture e l'organizzazione, a tutti i livelli, sono molto differenti rispetto a quelli a cui si è abituati nella vita quotidiana. 4Winds dà per inteso che il viaggiatore è cosciente dei vari rischi che può correre: forze della natura, malattia, incidenti, condizioni di vita o igieniche scarse in alcuni casi e circostanze, terrorismo, delinquenza ed altre aggressioni, ecc. Il viaggiatore sa anche che in alcuni casi non sarà possibile una rapida evacuazione o assistenza medica adeguata o totale.

4Winds da per inteso che il viaggiatore è cosciente dello sforzo che può presupporre un viaggio di queste caratteristiche che si realizza via terra nella maggiore parte dei casi, su strade sterrate o sentieri che in alcuni casi possono essere in cattive condizioni, e che possono presentare diverse difficoltà, contrattempi ed avversità, come ad esempio condizioni climatiche avverse, avaria dei mezzi di trasporto e diverse altre situazioni difficili ed estreme, dove possono farsi presenti la stanchezza e la sensazione di scoraggiamento fisico e morale, sia durante i tragitti su strada, che le camminate a piedi, le escursioni in canoa o kayak, a cavallo o con altri mezzi o durante le varie attività proposte. 4Winds da per inteso che il viaggiatore è disposto ad essere un protagonista attivo di questi viaggi avventura, accettando il fatto di dover collaborare in determinati compiti propri di un viaggio tipo spedizione come ad esempio: ripulire strade da crolli ed ostacoli, tirare fuori i veicoli del fango o dalla sabbia, dare una mano nel montaggio e smontaggio degli accampamenti ed altri compiti quotidiani propri di un viaggio di avventura partecipativo ed attivo. È molto importante ricordare che in un viaggio di gruppo e soprattutto di avventura a volte possono esservi piccoli problemi di convivenza, per questo la buona attitudine, un atteggiamento positivo, buonumore e tolleranza verso gli altri membri che compongono il gruppo e verso i contrattempi e difficoltà che possano presentarsi, sono elementi fondamentali per la buona riuscita e il successo del viaggio.

4Winds dà per inteso che il viaggiatore è cosciente del fatto che in questo tipo di viaggi possono verificarsi molteplici circostanze imprevedibili come maltempo, cattive condizioni del terreno, problemi logistici o tecnici e/o altro che possono costringere la guida e l'organizzazione a variare il programma stabilito all'origine. 4Winds dà per inteso che il viaggiatore accetta volontariamente tutti i possibili rischi e circostanze avverse sulla base di tutto quanto esposto precedentemente, compresi possibili malattie o decesso esonerando 4Winds e qualsiasi dei suoi membri o collaboratori da ogni responsabilità, ad eccezione di quanto stabilito per legge. Il piacere e l'emozione di partecipare ad Un Viaggio Avventura implica una serie di rischi, difficoltà e avversità direttamente collegati a questa tipologia di attività.

4Winds Viaggi da per inteso che il viaggiatore ha letto le condizioni generali e conosce tutte le particolarità e il programma di viaggio-spedizione e soddisfa tutti i requisiti minimi richiesti per la partecipazione a questo viaggio.