



## Fiordes da Noruega

8 dias de viagem. Alojamento em albergues em quartos triplos ou quádruplos.

Nota: esta viagem por vezes poderá ser realizada ao contrário, ou seja, a começar em Stavanger e terminar em Oslo.



### Testemunho

Sónia A

- 01/07/2019 12:51:51

Viagem muito boa, muito bem organizada, alternando dias fisicamente mais exigentes - caminhada no glaciário e na montanha, subida ao Pulpito, kayak-, com dias mais calmos - visita livre a Oslo, Bergen e Stavanger, às igrejas do século XIII, passeio de lancha no fiorde -, num conceito de participação do viajante, que permite a criação de um espírito de companheirismo muito agradável. O país é lindo e viajar na carrinha por estradas que nos permitem ver paisagens tão variadas e impactantes de lagos, rios e fiordes, é muito bom.



### Descrição

#### DESTINO

Noruega.

#### TIPO

Descoberta, Natureza, .

#### DURAÇÃO

8 dias

#### DIFICULDADE

Nível 2

#### CONFORTO

Nível 2

A Noruega é considerada por muitos como um dos recantos onde Deus descansou. A sua beleza é de tal forma vasta que dificilmente podemos escolher uma determinada região como sendo a mais bela do país.

Berço de Vikings, esta enorme dimensão de terra situada na Península Escandinava encerra uma riqueza histórica e paisagística invulgares na Europa e no mundo. Fiordes, montanhas, planaltos, glaciares, rios e florestas foram aqui colocadas em proporções exactas, como se de uma receita gourmet se tratasse. Um país único e obrigatório em qualquer cardápio de um viajante que se preze.



### Itinerário detalhado - Legenda (P: Pequeno almoço A: Almoço J: Jantar)

Dia	Itinerário	Alojamento	Refeições
1	Voo cidade de origem - Oslo	Albergue	-
2	Oslo - Gol - Hovet	Albergue	P - J
3	Hovet, Hivjufossen e lungsdalen	Albergue	P - Lunch box - J
4	Stavkirke Borgund, Aurland, Flam, fiordes de Naeroy e Sognefjorden	Albergue	P - Lunch box - J
5	Norheimsund, Jondal, glaciário Folgefonna. Kayak no fiorde Hardanger	Albergue	P - Lunch box - J
6	Visita livre em Bergen. Rumo a Stavanger	Albergue	P - J
7	Preikestolen (O Pulpito) - Stavanger	Albergue	P - Lunch box
8	Voo Stavanger - cidade de origem	-	-



## Dia-a-Dia

---

### 1: Voo cidade de origem - Oslo

Chegada a Oslo, transfere para o alojamento no centro da cidade.  
Dia livre.

### 2: Oslo - Gol - Hovet

Teremos a manhã livre para visitar Oslo.

Encontraremos o guia depois do almoço e seguiremos de carro para Hovet. O percurso não deixará de nos impressionar com a sua natureza mais sublime: poderemos apreciar florestas espetaculares, grandes lagos e montanhas majestosas.

Faremos uma breve paragem em Gol de modo a podermos apreciar o exterior da réplica da famosa igreja de Gol; a igreja original está atualmente localizada no □Museu Real Popular Norueguês□ na ilha de Bygdøy, Oslo.

As igrejas medievais que iremos ver ao longo do nosso percurso, construídas inteiramente de madeira, datam do século XIII e são uma das atrações da Noruega. Atualmente, apenas 30 igrejas medievais do tipo *Stavkirke* ainda estão de pé, e quase todas se encontram na Noruega.

Noite em Hovet.

### 3: Hovet, Hivjufossen e lungsdalen

Começaremos o dia a desfrutar do ambiente natural nas proximidades da cidade de Hovet, o ponto de partida para as atividades de hoje.

Iremos ao topo da cascata Hivjufossen (cascata Hiv), com uma queda de água de 250 metros. Para lá chegar, faremos um trekking de nível médio através de uma floresta de pinheiros vermelhos, bétulas e uma vegetação rasteira espetacular.

Ao longo do passeio, teremos uma vista de toda a região e, de cima, poderemos ter uma vista magnífica sobre o maciço do Hallingkarvet e as montanhas circundantes.

Da parte da tarde, iremos de carro em direção a Toviki, a uma altitude de 1100m. Aqui faremos uma caminhada fácil através das margens do grande lago Stolsvatn.

Passaremos por um incrível lugar, praticamente conhecido apenas pelos moradores noruegueses até chegarmos a uma fazenda local, onde teremos os fazendeiros à nossa espera, para nos ensinar o seu modo de vida e as produções autónomas e tradicionais dos fazendeiros noruegueses.

Noite em Hovet.

### 4: Stavkirke Borgund, Aurland, Flam, fiordes de Naeroy e Sognefjorden

O dia começa com uma bela viagem para os deslumbrantes «fiordes dos sonhos» (Sognefjorden). Passaremos por uma das maiores obras de engenharia, o maior túnel rodoviário do mundo, com um comprimento de 24,5 km que atravessa o interior do fiorde Leardal. Pararemos em Borgund para observar o exterior do que é considerada a maior e mais bem preservada das igrejas de madeira (igrejas Stavkirke), construída no final do século XII (a entrada na igreja é opcional).

Voltaremos à aldeia de Laerdal, e tomaremos a famosa estrada de montanha até Aurland. São 43 quilómetros em que poderemos observar a mudança na paisagem até o alto da montanha e onde teremos vistas privilegiadas do Fiorde com mesmo nome.

Faremos uma breve paragem no miradouro Stegastein sobre o fiorde de Aurland onde seremos deslumbrados pelas vistas bem pelo design do miradouro.

Seguiremos para a localidade de Flam, onde embarcaremos numa lancha que nos levará a visitar o fiorde Naeroyfjord, classificado como património da humanidade pela UNESCO.

Será um passeio por uma paisagem selvagem e majestosa, cercada por altas montanhas e inúmeras cascatas que a definem pela sua beleza única. Onde habitam focas e golfinhos, que poderemos avistar com um pouco de sorte.

Como atividade opcional para aqueles que desejem, poderão tomar o famoso comboio Flam (Flamsbanen) até Myrdal. Esta é a viagem de comboio mais emocionante que pode ser feita pela Noruega: pelo altiplano de Flam, a paisagem é de cascatas e montanhas com desníveis até 850m.

Ao final do dia iremos para Voss, onde pernitoamos.

### 5: Norheimsund, Jondal, glaciár Folgefonna. Kayak no fiorde Hardanger

Acordamos em Voss, uma pequena cidade de apenas 15.000 habitantes, mas muito popular entre os amantes de desportos de aventura, durante todo o ano. Depois de admirarmos as vistas do seu extenso lago e as montanhas que o rodeiam, seguimos numa estrada para Norheimsund, em que nos surpreenderá a cascata Skjervsfossen, conhecida pela sua excelente localização.

Seguindo para o nosso destino, avistaremos lagos, indústrias de madeira e faremos a costa do fiorde Hardangerfjord, conhecido com o fiorde encantado, um dos mais belos da Noruega, ainda não tão conhecido a nível turístico.

Fará parte do nosso itinerário a passagem numa das poucas pontes suspensas da Noruega, nos arredores de Oystese.

De seguida iremos para Torvikkbygd, onde apanharemos o ferry rumo a Jondal, navegando pelo fiorde Hardanger.

Uma vez chegados ao porto, dirigimo-nos para o nosso destino, o glaciár Folgefonna. Aqui realizaremos um pequeno passeio, a fim de vislumbrar a beleza desta massa única de gelo.

Dependendo das condições do gelo poder-se-á experimentar andar por cima do gelo, com crampons, no que é considerado o terceiro maior glaciar da Noruega.

Da parte da tarde, voltamos para a cidade de Norheimsund. Após o almoço, iremos fazer kayak nas calmas águas do fiorde Hardanger, partindo de Pier Porsmyr até um local idílico no interior de uma enseada muito perto da costa.

Pernoita em Norheimsund.

Nota em relação ao kayak:

A atividade de Kayak é um agradável passeio em águas tranquilas e protegidas pelos fiordes.

Não é necessária experiência previa e a navegação realizasse em kayaks duplos.

A atividade poderá ser cancelada em função das condições meteorológicas.

Duração da actividade: 1h30 a 2h.

#### **6: Visita livre em Bergen. Rumo a Stavanger**

Hoje viajamos para Bergen, a segunda maior cidade do país, que é amplamente reconhecida como uma das mais belas cidades da Noruega. A parte antiga da cidade é na parte norte da Baía Vagen. É onde se encontra o bairro de Bryggen, uma série de antigas casas de madeira do princípio do século XVIII, produto da reconstrução da cidade após um incêndio em 1702. Actualmente estas casas, foram declaradas Património Mundial pela UNESCO.

Bergen é a da segunda maior cidade da Noruega, com uma população de aproximadamente 250 mil habitantes. A cidade está cercada por sete montanhas, o que lhe confere uma bela paisagem, mas também o título de cidade mais chuvosa da Europa.

Bergen é um centro de cultura, comércio e universitário na costa oeste da Noruega. O compositor Edvard Grieg nasceu e viveu na cidade e lá compôs várias das suas peças mundialmente famosas.

Depois do almoço e à hora acordada pelo guia iniciaremos o percurso mais longo que faremos de carro, com destino a Stavanger. Mas não será uma viagem monótona, pois veremos fiordes, montanhas e mais lagos e bosques até às proximidades de Haugesund onde a paisagem começa a mudar, convertendo-se numa vegetação mais própria do sul, ou seja, em pequenas ilhotas rochosas onde o sol se sente mais forte.

Noite em albergue nas proximidades de Stavanger.

#### **7: Preikestolen (O Púlpito) - Stavanger**

Dia de trekking para chegarmos a Preikestolen, o incrível «púlpito de rocha». É uma formação geológica com 604m acima do nível do mar, admirado em todo o mundo por suas vistas únicas para o Lysefjord (Fjord de Luz).

É um dos lugares com vistas espetaculares sobre o fiorde Lyse, e que só é acessível a pé, numa caminhada que dura cerca de três horas e quarenta minutos (ida e volta);

Da parte da tarde, voltamos para Stavanger para uma visita a esta pitoresca cidade no sul da Noruega, e faremos um jantar de grupo (despesas por parte do cliente) para despedida.

Noite em albergue perto de Stavanger.

#### **8: Voo Stavanger - cidade de origem**

Check-out. Em hora a determinar rumaremos para aeroporto de Stavanger e iniciaremos os voos de regresso à nossa cidade de origem.



#### **Datas de partida & Preços do programa de terra**

13/06/2020 - € 1.690  
20/06/2020 - € 1.690  
27/06/2020 - € 1.690  
04/07/2020 - € 1.690  
11/07/2020 - € 1.690  
18/07/2020 - € 1.690  
25/07/2020 - € 1.690  
01/08/2020 - € 1.790  
08/08/2020 - € 1.790  
15/08/2020 - € 1.790  
22/08/2020 - € 1.790  
29/08/2020 - € 1.690  
05/09/2020 - € 1.690  
12/09/2020 - € 1.690  
19/12/2020 - € 1.690

Preço do Voo desde: € 400,00



#### **Extensões**

Não tem.



## Suplementos

---

Não tem.



## Notas

---

Aconselhamos a que possua o cartão europeu de seguro de doença. Mais informação:

<http://www.seg-social.pt/pedido-cartao-europeu-seguro-doenca>



## Inclui

---

- Guia a falar espanhol;
- Alojamento em albergue em quartos múltiplos com wc partilhada;
- Refeições descritas no itinerário;
- Seguro e assistência em viagem.



## Exclui

---

- Voos internacionais;
- Transfêres de e para o aeroporto;
- Entradas nos lugares a visitar;
- Todos os extras pessoais (bebidas, lavandaria, etc.);
- Todas as atividades e visitas opcionais;
- Qualquer tipo de gratificação;
- Gastos derivados de condições meteorológicas adversas e atrasos de voos;
- Estimam-se gastos locais em cerca de 150 Eur;
- Qualquer item não mencionado como incluído.



## Actividades opcionais

---

- Comboio Flam (Flamsbanen) até Myrdal: 30 Eur/ por pessoa. Marcação no local.

Preço sujeito a alteração.



## Equipamento

---

**Cabeça:**

- Chapéu-de-sol;
- Gorro;
- Óculos de sol;
- «Buff» ou lenço multiusos;

**Tronco:**

- Primeiras camadas térmicas: 2 unidades;
- T-shirts;
- Forro polar 100 e 200;
- Impermeável leve e/ou corta-vento;

**Pernas:**

- Calças primeira camada;
- Calças de trekking que possam ser convertidas em calções;
- Calças leves impermeáveis;
- Calções;

## Pés:

- Botas de trekking impermeáveis e respiráveis;
- Sapatilhas para o duche;
- Meias casual;
- Meias de caminhada ( 2 a 3 pares);
- Atacadores suplentes;

## Outro equipamento:

- Saco maleável de 70 - 90 litros. Será conveniente que o seu equipamento seja acondicionado num saco maleável, que facilita o seu manuseamento e transporte; A mala rígida não é de todo aconselhável.
- Pequeno cadeado para trancar o saco;
- Camisolas de secagem rápida (não usar algodão);
- Estojo de higiene\*\*
- Toalha sintética de secagem rápida - «pack towel»;
- Fato de banho;
- Mochila de dia/ trekking de cerca de 20/30 Litros;
- Cantil ou Camelbak com capacidade mínima de 1,5 L. Beba sempre muita água, não espere por ficar sequioso para o fazer. Na montanha o ar é mais seco, e além disso a exposição prolongada ao sol e ao vento contribui para uma maior perda de água. Tenha sempre presente que necessita de estar bem hidratado, e que desta maneira terá uma melhor recuperação da fadiga muscular.
- Kit básico de primeiros-socorros;
- Bastões de caminhada (opcional);
- Máquina fotográfica e binóculos (opcional);
- Barras energéticas.

**\*\*Estojo de higiene:** material de banho; protetor solar; protetor labial; toalhetes; repelente de insetos (depende da altura do ano); lenços de papel e papel higiénico. Tampões para ouvidos para utilizar no refúgio.

**Nota:** Na maioria dos alojamentos escandinavos, tipo cabanas ou albergues, não está permitido o uso de saco de cama, por motivos de higiene.

O saco de cama não será necessário pois dormir-se-á em camas com edredons nórdicos e mantas.



## Documentação

Bilhete de identidade válido (faz parte do espaço Schengen).



## Condições Particulares

- O guia coordenará todas as operações comuns, mas as tarefas deverão ser realizadas por todos, tarefas como carregar o veículo, preparar a comida, lavar pratos, fazer compras ... ou outras tarefas que sejam necessárias. **As mesmas dividir-se-ão por igual entre todos os participantes incluindo o guia.**
- Nos alojamentos escandinavos, tipo cabanas não existe serviço de limpeza, é por costume e norma habitual deixar as mesmas tal com as encontramos, pelo que se pede a colaboração de todos os viajantes.

Nas cabanas, os quartos são geralmente comuns e mistos, podendo acomodar desde 2 a 5 pessoas por quarto, em beliches ou camas. Normalmente wc e chuveiros no interior, bem como água corrente e eletricidade 220V. A cozinha e sala de jantar são geralmente bem equipadas. O padrão é simples, mas muito confortável com todo o conforto típico dos refúgios escandinavos.

- Em algumas datas a viagem poderá ser invertida, ou seja, começar em Stavanger e terminar em Oslo.

O programa será assim:

Dia 1 Voo cidade de origem - Stavanger

Dia 2 Stavanger- Preikestolen (O Pulpito)

Dia 3 Stavanger - Bergen- Norheimsund

Dia 4 Norheimsund - glaciär Folgefona - kayak - Voss

Dia 5 Voss - Flam - Borgund - Hovet

Dia 6 Hovet - Hivjuvossen e Iungsdalen

Dia 7 Hovet - Oslo

Dia 8 Voo Oslo - cidade de origem

- Viajantes com mais de 65 anos, sob consulta para avaliação da situação.

**© 2020 PAPA-LÉGUAS, Viagens e Turismo, Lda.**

Rua Conde de Sabugosa, 3F 1700-115 Lisboa Portugal

Telefone: 00 351 21 8452689/90 . Fax: 00 351 21 8452693 . RNAVT: 2275 . RNAAT 67/2014

[www.papa-leguas.com](http://www.papa-leguas.com)