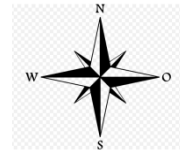


# LE COMBINÉ ARCTIQUE



*1 500 kilomètres du Cercle Polaire au Cap Nord  
en kayak, à pied et à vélo*



**Valentin CHAPALAIN – Association Courir Le Monde**  
**[www.courir-lemonde.com](http://www.courir-lemonde.com)**

## SOMMAIRE

Sommaire .....	2
1. Qui suis-je ? .....	3
2. Le « Combiné Arctique » .....	4
a) La présentation du projet .....	4
b) L'itinéraire envisagé ? .....	5
c) La carte du « Combiné Arctique » .....	6
3. Le budget prévisionnel .....	7
4. La valorisation et la communication du projet .....	8
5. Pourquoi soutenir mon aventure .....	10



## Qui suis-je ?



Nantais de 32 ans, je suis passionné par les voyages, l'aventure, le sport, la géographie et les pays scandinaves. Depuis mes 20 ans, j'entreprends avec conviction des périples qui mêlent vie sauvage, effort sportif, contemplation de paysages fabuleux et rencontres avec les peuples du monde. Souvent à vélo mais aussi à pied, en kayak, en auto-stop, j'ai parcouru une trentaine de pays et je compte bien ne pas en rester là.

En 2018, j'ai concrétisé l'un de mes plus grands rêves de voyage en parcourant la Scandinavie à vélo durant 3 mois. Une formidable échappée de 5 000 kilomètres que je raconte dans mon premier récit de voyage *L'Appel du Grand Nørd*.



### Mes plus grands voyages :

- La Scandinavie (Danemark, Norvège, Suède, Finlande) à vélo
- L'Asie du sud-est (Indonésie, Thaïlande, Laos, Sri Lanka) en « backpacker »
- La traversée de Madère à pied
- La Sardaigne et la Corse à vélo
- L'archipel des Açores à pied et en auto-stop
- L'Irlande à vélo
- Les Pays Baltes, la Pologne, la Slovaquie et la Bulgarie en road trip

# Le Combiné Arctique

## a) La présentation du projet

Ma passion de la Scandinavie va me transporter une nouvelle fois à la **découverte du Grand Nord**. Le Combiné Arctique, c'est la continuité du voyage à vélo que j'ai effectué en 2018 en Scandinavie. Néanmoins, c'est aussi une aventure qui s'annonce bien différente pour plusieurs points.

Où ?

L'aventure va se dérouler dans la **partie nord de la Scandinavie**. Mon idée est de relier la ville de **Jokkmokk** située sur la ligne du **Cercle Polaire Arctique** au **Cap Nord**, point le plus septentrional du continent européen.

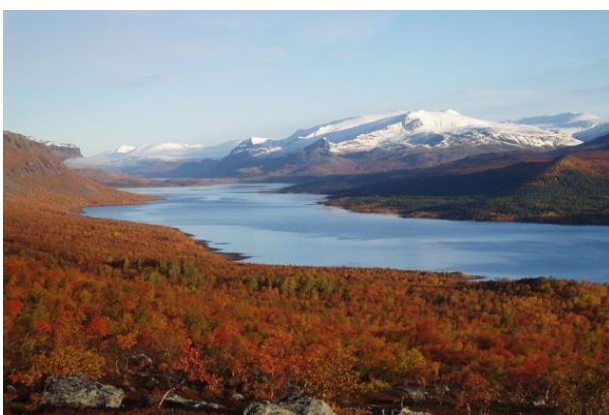
Comment ?

Habité aux voyages à vélo, je souhaite de la nouveauté pour ce nouveau périple. Eh oui pour cette aventure, je prévois de **combiner 3 modes de transport** en vue d'atteindre le Cap Nord :

- **le kayak**
- **la marche à pied**
- **le vélo**

Quand ?

Même région mais **nouvelle saison**. Cette fois-ci, je vais parcourir le nord de la Scandinavie pendant **l'automne**. Ce qui m'attire c'est d'arpenter les étendues sauvages du Grand Nord parées des **couleurs flamboyantes de l'automne** (on parle de « ruska » en finnois), de voir les **aurores boréales** danser dans le ciel nordique, et de **bivouaquer dans la neige**.



## Mais encore ...

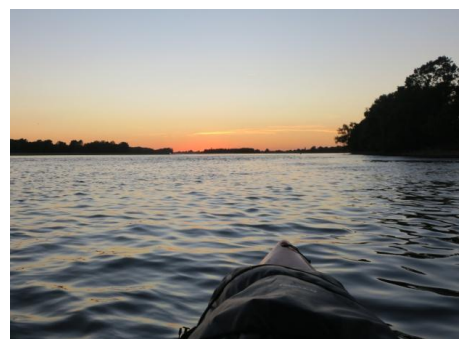
Lors de cette aventure je souhaite aussi :

- **Rencontrer les Samis**, peuple autochtone éleveur de rennes qui habite les étendues de toundra du Grand Nord
- **Passer plusieurs jours dans une cabane** sur une île déserte ou dans la taïga
- **Me nourrir davantage de ce que la Nature** peut m'offrir (pêche dans les lacs, cueillette de baies sauvages en sous-bois ...)

### b) L'itinéraire envisagé

#### 120 kilomètres de kayak de Jokkmokk à Kvikkjokk

La partie kayak lancera mon Combiné Arctique de manière sportive. En effet depuis Jokkmokk, je compte remonter la rivière Lilla Luleälv pour rejoindre Kvikkjokk 120 kilomètres à l'ouest au pied des montagnes du Sarek. Guère habitué aux longues chevauchées sur l'eau, la partie kayak sera un sacré défi pour me mettre dans le bain.



#### 200 kilomètres à pied sur le Kungsleden entre Kvikkjokk et Abisko

A Kvikkjokk, je laisserai le kayak. A la place, j'enfilerai mes chaussures et je chargerai mon sac-à-dos pour arpenter le célèbre Kungsleden (le chemin du roi en suédois) sur 200 kilomètres. Pour gagner Abisko, il me faudra traverser des territoires parmi les plus sauvages d'Europe comme le Parc National du Sarek et du Stora Sjöfallet. Avec les couleurs de la *ruska*, les paysages de toundra et de taïga devraient être exceptionnels.

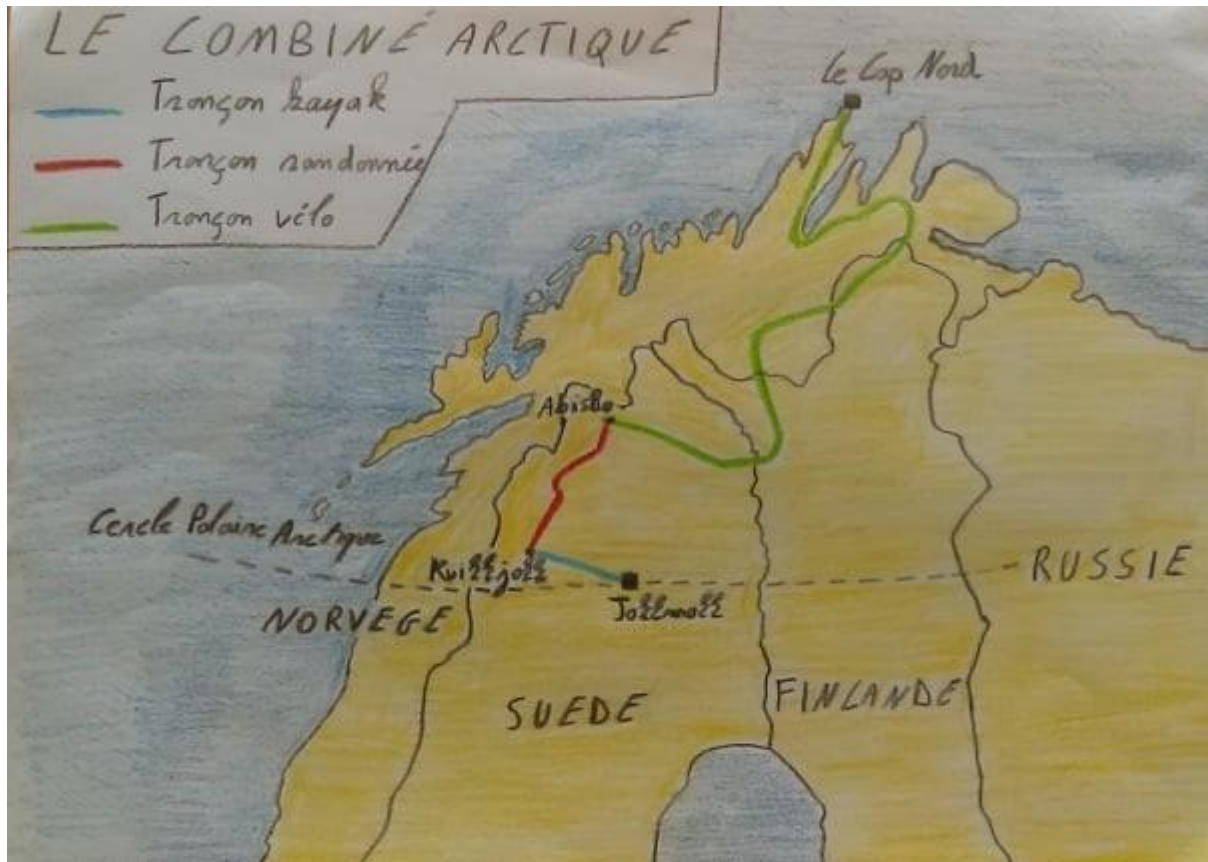


#### 1200 kilomètres à vélo d'Abisko au Cap Nord

C'est à Abisko, terminus du Kungsleden, que je retrouverai mon vélo que j'aurai préalablement déposé. A partir de là je partirai pour une échappée cycliste sur les routes et chemins du Grand Nord. Mon idée n'est pas de tracer tout droit vers le Cap Nord mais bien de sinuer via la Laponie finlandaise puis l'extrême nord de la Norvège avant de rejoindre le point le plus septentrional de l'Europe.



c) La carte du « Combiné Arctique »



*L'itinéraire envisagé pour le Combiné Arctique  
entre Jokkmokk et Le Cap Nord*



# Le budget prévisionnel

Budget prévisionnel pour le projet « Combiné Arctique »

Dépenses	Montants	Recettes	Montants
<b>Transport</b>	<b>1 000</b>		
Trajet aller Nantes – Suède	300		
Trajet retour Norvège – Nantes	400		
Logistique sur place (train, bus, bateau)	300		
<b>Logements</b> (refuge, auberge, hôtel ...)	<b>700</b>		
<b>Frais alimentaires</b> (base de 15 euros / jour)	<b>900</b>		
<b>Matériel</b>	<b>3 100</b>		
Location kayak	500		
Equipement trekking	600		
Achat nouveau vélo	1400		
Achat divers (numérique, bivouac ...)	600		
<b>Divers et imprévus</b>	<b>700</b>		
Permis de pêche	50		
Souvenirs et divers	250		
Assurance	100		
Imprévus	300		
<b>TOTAL</b>	<b>6 400</b>		

Fait le 12 octobre 2022.



# Communication et valorisation de l'aventure

## a) Communication

Via mes réseaux :

- Site internet : [courir-lemonde.com](http://courir-lemonde.com)
- Facebook : Valentin Chapalain – auteur et voyageur
- Instagram : <https://www.instagram.com/courir.le.monde/>
- LinkedIn : Valentin Chapalain

Via les médias locaux et régionaux :

- La presse écrite : Ouest France et Presse Océan
- La radio locale et régionale : AlterNantes FM, Euradio Nantes, France Bleu Loire Océan ...
- La TV régionale : France 3 Pays de la Loire, TéléNantes ...



Sur le plateau de France 3 Pays de la Loire lors de l'émission Vous êtes Formidables



Article dans le quotidien régional Ouest France



## b) Valorisation

Pendant le voyage j'envisage :

- Un partenariat avec le CHU de Nantes (en cours) et des Ehpad du département (en cours également) afin d'embarquer les enfants malades et des personnes âgées avec moi à la découverte du Grand Nord
- Une collecte de dons pour aider à la recherche (en cours)



*En 2018, j'avais déjà monté un partenariat avec des écoles pour partager les enseignements de mon aventure en Scandinavie. Ici avec les CM1 de l'école Saint-Joseph de Carquefou*

Au retour du voyage j'envisage :

- Une exposition des plus belles photographies du périple
- La réalisation d'un film d'aventure
- Des soirées projections-conférences
- L'écriture d'un deuxième récit de voyage



*Soirée projection conférence à Grandchamp des Fontaines en mars 2021*

## Pourquoi soutenir mon aventure ?

**Associer votre image à celle d'une aventure sportive valorisant le dépassement de soi, l'échange, l'ouverture sur le monde et la protection de notre planète**

**Voir vos noms et logo apparaître sur mon site internet, sur mes différents réseaux sociaux et dans les différents médias via lesquels je communiquerai sur mon aventure (presse écrite, radio, reportage tv ...)**

**Soutenir une association via le mécénat c'est profiter de réduction d'impôts en m'apportant votre don. Par exemple un don de 500 euros ne vous coûte en réalité que 166 euros (déduction fiscale de 66%)**



**JE VOUS REMERCIE POUR L'INTERET QUE VOUS PORTEREZ A  
MA DEMARCHE ET VOTRE PRECIEUX SOUTIEN**