



ICEBUG FROZEN LAKE MARATHON

Contrastes[®]
Running



MARATHON & SEMI 20 MARS 2027

L'HÉBERGEMENT



Hôtel Oset Høyfjellshotell 3*

À l'été 1880, Guri et Peder Narum accueillirent leurs premiers invités d'été à la ferme. Au fil des ans, la maison d'hôtes a évolué en ce qui est aujourd'hui Oset Høyfjellshotell : un service excellent, une nourriture de grande qualité et une atmosphère chaleureuse !

L'hôtel dispose de 106 chambres, un bar, une salle de jeux, une piscine intérieure, un restaurant, ainsi que 2 saunas et tout le confort et la qualité d'un hôtel actuel. *Attention, l'hôtel n'inclut pas d'articles de toilette, ni sèche-cheveux.*

L'hôtel étant sur une station de ski, possibilité sur place de louer des skis de fond

INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES

- Les forfaits en chambre 1 personne sont exclusivement réservés aux personnes séjournant seules. Si lors du séjour, nous nous apercevons que des personnes supplémentaires logent dans la même chambre, un règlement complémentaire pour la ou les personne(s) en plus sera exigé.
- Une chambre seule est composée d'un lit simple 90x190cm
- Les inscriptions en chambre à partager (*2 personnes maximum*) ne sont pas garanties ; elles sont acceptées sous réserve qu'une autre personne manifeste le même désir. Dans le cas contraire, le voyageur concerné devra payer le forfait sur la base d'une chambre 1 personne.

LE PROGRAMME



Jeudi 18 mars 2027

Vol pour Oslo à réserver par vos soins (où nous consulter pour les vols)

Deux arrivées à l'aéroport d'Oslo possibles :

- **Avant 11h30** - Transfert en minibus à 12h30 vers Oset (environ 3h).
- **Avant 13h15** - Transfert en minibus à 14h00 vers Oset
- **Avant 16h30** - Transfert en minibus à 17h30 vers Oset

Assistance Contrastes Running durant toute la durée du séjour

Installation à l'hôtel, dîner buffet et nuit à l'hôtel

Vendredi 19 mars 2027

8h-10h : Petit-déjeuner buffet à l'hôtel

Temps libre ou activités **en option (montaine kart)**

13h-14h30 : Déjeuner buffet

14h-21h : Récupération du dossard au Frozen Lake Shop dans l'hôtel

18h et 18h30 : Transferts vers la Shake out Run (découvrez les 5 premiers km du parcours)

19h : Shake-out run

Retour hôtel

20h-22h : PASTA PARTY et nuit sur place



Samedi 20 mars 2027

FROZEN LAKE MARATHON ET SEMI-MARATHON

7h-10h : Petit-déjeuner à l'hôtel

Transfert en bus pour la course

10h : Départ du MARATHON / **11h** du SEMI-MARATHON

Soupe prévue sur site après la course

Déjeuner libre pour les accompagnants

18h-21h : Soirée AFTER MARATHON et nuit à l'hôtel

Dimanche 21 mars 2027

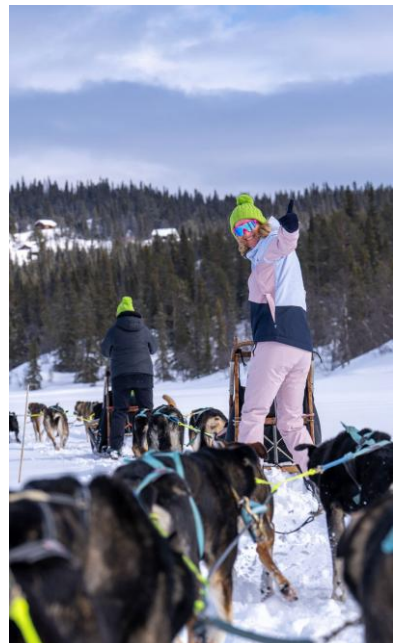
8h-10h : Petit-déjeuner à l'hôtel

Temps libre ou activité **en option (chiens de traîneaux)**

13h-14h30 : Déjeuner buffet

Après-midi libre

19h : Dîner buffet à l'hôtel



Lundi 22 mars 2027

8h-10h : Petit-déjeuner à l'hôtel

8h30 et 12h30 : Transferts en minibus vers l'aéroport d'Oslo (3h)

Vols retour selon le plan de vol

LE MARATHON & SEMI-MARATHON

- **9h00** : Transfert pour le marathon du Frozen Lake (à 6km de l'hôtel).
- **9h30 et 10h** : Transferts pour le semi-marathon du Frozen Lake (à 6km de l'hôtel).
- **Pré-départ à 08h30 pour les marathoniens dont l'heure d'arrivée estimée est > 4h30**
- **10h00** : Début du marathon
- **11h00** : Début du semi-marathon
- Temps limite de course : 6h
- **13h et 14h15** : Cérémonies semi-marathon et marathon / podium avec médaille pour tous.

Le marathon et semi-marathon sont ouverts à tous. [Baskets spéciales glace \(Icebug\) ou des semelles cloutées à rajouter sur vos baskets pour courir sur la glace \(OBLIGATOIRE\)](#)

Situé à 819 mètres d'altitude, nous garantissons le profil d'élévation le plus plat au monde, la glace sur le lac a une épaisseur de 80 cm, **Une expérience que vous n'oublierez jamais !**

Video et photos: <https://frozenlakemarathon.com/media/>



LES PRIX

PRIX DU SEJOUR	
Tarif base chambre 2 personnes	1 285 €
Tarif base chambre 1 personne	1 655 €
Tous les prix sont PAR PERSONNE Nuit supplémentaire – Nous contacter (sous réserve de disponibilité)	

CONDITIONS SPECIFIQUES DE VENTE

A – Les prix comprennent

Pour tous les participants

- Les transferts groupés aéroport/hôtel et retour avec assistance anglophone.
- Le logement (4 nuits) à l'hôtel Oset Høyfjellshotell.
- La pension complète du diner du jeudi jusqu'au petit déjeuner du lundi.
- L'accompagnement francophone Contrastes sur place
- Un guide de voyage numérique sur la Norvège.
- Les frais de dossard pour le semi ou le marathon (*remise de 120€ pour les non coureurs*).
- La dotation offerte par Contrastes Running : le sac à dos et le tee-shirt technique.
- L'assurance assistance médicale, rapatriement.

B – Les prix ne comprennent pas :

- Les boissons aux repas
- Le déjeuner le jour de la course
- L'assurance annulation : 105 € par personne (*facultative*)
- Les activités optionnelles :
 - Mountain kart (95 € par personne)
 - Chiens de traîneau (175 € par personne)

C – Echéances de paiement:

- A la réservation : 40% du montant total du voyage
- 28 septembre 2026 : 40% du montant total du voyage
- Solde : 15 janvier 2027



D – Frais d'annulation

Annulation du fait du participant

- De la réservation au 01/10/26 : 30% du montant total du voyage
- Entre le 02/10/2026 et le 24/01/2027 : 60% du montant total du voyage.
- A partir du 25/01/2027 : 100% de frais.

A ces frais s'ajoutent – quelle que soit la date de l'annulation – le prix de l'assurance Multirisques si elle a été souscrite. Les frais pourront être remboursés par l'assurance si l'annulation est provoquée pour des raisons relevant de la garantie. Les frais sont donnés par personne.

Annulation du fait de l'agence

Contrastes Running se réserve le droit d'annuler le voyage pour raison technique ou de force majeure. Il appartiendra alors à l'agence de prévenir le(les) clients au minimum 20 jours avant le départ.

E - Le séjour est organisé en collaboration avec l'agence SPRINGTIME GROUP (Nydalsveien 36A 0485 OSLO).

F - Le groupe peut être constitué entre 1 et 50 participants.

G – En cas d'annulation d'un participant, son voyage (*hors dossard*) peut-être racheté par un autre participant jusqu'à la date de paiement prévue pour le solde, sous réserve que le nouveau participant soit en règle avec les conditions d'inscription pour ce voyage.

H – Révision des prix

Les prix indiqués sont calculés en fonction des éléments suivants :

- a) Coût du transport, notamment le coût du carburant,
- b) Taxes et redevances (locale, atterrissage, embarquement...).

Toute variation à la hausse ou à la baisse des seuls éléments a) et b) ci-dessus mentionnés sera intégralement répercutée dans le prix de vente, au-delà de 30 jours avant la date prévue du départ ; le client sera averti par Contrastes Running par tout moyen avec accusé de réception.

I – Assurances

Assurance assistance, rapatriement, bagages.

Une assurance assistance, rapatriement, souscrite après de Mutuaide Assistance (contrat n° 6303) vous est offerte par Contrastes Running.

Extrait des garanties : Hospitalisation / Frais médicaux : remboursement, après intervention de la S.S. et de tout autre organisme de prévoyance, des frais médicaux consécutifs à une maladie ou un accident ayant entraîné une hospitalisation, survenus à l'étranger pendant la garantie dans la limite de 150 000 € TTC par personne par voyage sous déduction d'une franchise de 30€ par personne.

Assurance Multirisques : annulation, interruption de séjour... (facultative)

Résumé des garanties :

A/ Annulation Motif Médical de l'assuré son conjoint de droit ou de fait, ses ascendants ou descendants jusqu'au 2ème degré, beaux-pères, belles-mères, frères, sœurs, beaux-frères, belles-sœurs, gendres, belles-filles

B/ Annulation Toutes Causes justifiées incluant les clauses émeutes, attentat, acte de terrorisme ou catastrophe naturelle survenant à l'étranger dans un rayon de 100 kms de votre lieu de séjour

C/ Bagages : 2 000 € par personne

D) Responsabilité Civile : 1000 000 €

Contrastes Running ne peut être considérée comme responsable en cas de refus de prise en charge.



Contrastes *Running*

COUREZ LE MONDE
TRAILS & MARATHONS

