

# SOMMAIRE

## INTRODUCTION

### EUROPE DE L'OUEST ET DU SUD

Rafting dans les gorges du Rhin	
Traversée des Alpes en montgolfière	
Course d'équilibriste sur la côte amalfitaine	
Le Hölloch : voyage dans la Suisse souterraine	
Supertubos : surf au Portugal	
Parapente en hiver : magie dans les Alpes	
La Ruta de Pedra en Sec, à Majorque	
Bourgogne : à la découverte des canaux	
Escalade et sensations fortes dans le sud de l'Espagne	
Randonnée au Liechtenstein	
Chevauchée forestière en Ardenne belge	
Le Tour du Mont-Blanc à vélo	
Croisière aux Pays-Bas dans la mer des Wadden	

6	Randonnée dans les gorges de l'Ardèche	88
	Le tour des Dolomites à vélo	94
8	À pied sur le Caminho Português	100
10	La vallée de la Moselle luxembourgeoise à vélo	106
16	Randonnée et packraft en Ardenne belge	112
22		
28	<b>EUROPE DU NORD</b>	<b>118</b>
34	Le trek du Laugavegur : de terre, de vent et de feu	120
40	Safari baleines et thé à volonté à Andenes	126
46	À vélo d'une côte anglaise à l'autre	132
52	En raquettes dans la tourbière du Kemer	138
58	Plongée en Irlande dans les îles d'Aran	144
64	En Islande, là où la terre bouillonne, fume et siffle	150
70	Marcher sur le glacier Nigardsbreen en Norvège	156
76	Visite d'Édimbourg au pas de course	162
82	Packraft au cœur des Lofoten	168

À pied le long du Skåneleden Trail en Suède	174	L'Eurovelo 6 : cap à l'Est	254
The Peak : surf en Irlande à Bundoran	180	En tête à tête avec les bisons dans la forêt de Białowieża	260
En canoë avec mon chien dans le sud de la Suède	186		
Trek sur le sentier du Cercle arctique	192		
Chevauchée sur les hautes terres islandaises	198	<b>EUROPE BALKANIQUE</b>	<b>267</b>
Randonnée de Trolltunga	204	Le Péloponnèse à la voile	268
Pagayer d'île en île en Finlande	210	Le sentier des Pics des Balkans, par-delà les frontières	274
		À vélo en Croatie, d'île en île	280
<b>EUROPE CENTRALE ET ORIENTALE</b>	<b>216</b>	Sur les traces du lynx des Balkans	286
Les Alpes juliennes à vélo	218	Sur l'eau et dans les airs dans le canyon de la Tara	292
À la découverte de Ljubljana en paddle	224	La Macédoine du Nord à vélo et en musique	298
À la rame dans le delta du Danube	230	Via ferrata dans les Monts Maudits	304
Les Hautes Tatras via la Tatranská Magistála	236	La Voie lycienne, leçon d'histoire en plein air	310
Randonnée et packraft entre Triglav et Soča	242		
Dans les dunes du "Sahara polonais"	248	<b>INDEX</b>	<b>316</b>