

AltaciMa

AVENTURES & EXPLORATIONS

NEPAL - TIBET

EXPEDITION TIBETAINE

22 jours



Itinéraire époustouffant par la beauté de ses paysages. Vous entrez dans un autre monde, un monde à découvrir avec les sens. Le Mont Kailash est la plus sacrée des montagnes sacrées. C'est le centre de l'univers, le nombril du monde...

Atteindre le Tibet est l'aventure d'une vie. Les pistes qui traversent ce haut plateau sont en terre battue et les monastères sont toujours des lieux de culte. La traversée spectaculaire des immenses plateaux tibétains seront pour vous l'occasion de comprendre les clefs d'une antique sagesse. Cette région reculée du monde nous offre les plus beaux monastères lamaïstes, de nombreux lacs sacrés pour les tibétains et la présence de multiples ethnies à la culture nomade.

POINTS FORTS

- **La diversité des paysages, des ethnies et des cultures**
- **Le patrimoine architectural**
- **Les villes de Katmandou et Lhassa avec leurs sites classés**
- **Découverte à pied de sites grandioses**
- **Les pèlerins aux abords du lac Mansarovar et du Mont Kailash**
- **Les monastères de Gyantsé et Gigatsé**

ITINERAIRE

Jour 1 : Départ de France

Vol France/Katmandou.

Jour 2 : Arrivée à Katmandou

Accueil à l'aéroport et transfert à l'hôtel. Information et présentation détaillée du programme. Nuit à l'hôtel.

Jour 3 : Katmandou

Visites de Pashupatinath (haut lieu de l'Hindouisme), de Boudhanath (l'une des plus grands stupas bouddhiste d'Asie), du petit village de Thimi et de Baktapur (ancienne capitale royale des Mallas du 17ème siècle). Nuit à l'hôtel.

Jour 4 : Katmandou

Visites de Swayambunath (superbe Stupa qui tient à la mythologie des origines de la vallée de Katmandou) et de Katmandou Durbar Square. L'après-midi, visite de Patan (autre capitale royale de la vallée de Katmandou). Nuit à l'hôtel.

Jour 5 : Vol Katmandou / Gonggar (Tibet)

Transfert à Lhassa (3600m). En vol, passage près de l'Everest (spectacle fabuleux). Acclimatation l'après-midi.

Jours 6/7 : Lhassa

Visites des palais royaux tibétains (Potala et Norbulinka), des monastères de Drepung et Sera, du temple du Jokhang et de la route du Barkhor. Nuit à l'hôtel.

Jour 8 : Lhassa / Gyangse - 3900m (200 km)

En chemin, découverte du magnifique lac Yamdrok Tso (appelé le lac turquoise), passage d'un col à 5200 m et visite du monastère de Kumbum. Nuit en auberge.

Jour 9 : Gyangse / Lhatze - 4000m (200 km)

Visite du monastère de Tashilumpo (le siège du Panchen Lama). Nuit en auberge.

Jour 10 : Lhatze / Saga - 4000m (300 km)

Découverte du Mont Shishapangma. Nuit sous tente.

Jour 11 : Saga / Paryang - 4100m (250 km)

Route le long de la rivière Paryang. On pourra apercevoir le Mont Lopu Gangri (7098m). Nuit en auberge.

Jour 12 : Paryang / Lac Mansarovar (250 km)

Entre Paryang et Hor, découvertes des lacs de Nyogze et de Mansarovar. Rencontre avec des nomades tibétains. Nuit sous tente.

Jour 13 : Mansarovar / Tsaparang (300 km)

Nuit en auberge.

Jour 14 : Tsaparang / Darchen - 4302m (300 km)

Nuit en auberge.

Jour 15 : Mont Kailash

Journée de marche (6h). Nuit en auberge.

Jour 16 : Darchen / Paryang - 4100m (350 km)

Nuit sous tente.

Jour 17 : Paryang / Saga (250 km)

Nuit sous tente.

Jour 18 : Saga / Zhamgmu (200 km)

Nuit en auberge.

Jour 19 : Zhamgmu / Katmandou (150 km)

Passage de la frontière et retour à Katmandou au même hôtel.

Jour 20 : Katmandou

Journée libre à Katmandou.

Jours 21/22 : Katmandou / France

Transfert à l'aéroport. Vol Katmandou/France. Arrivée en France.

INFORMATIONS TECHNIQUES

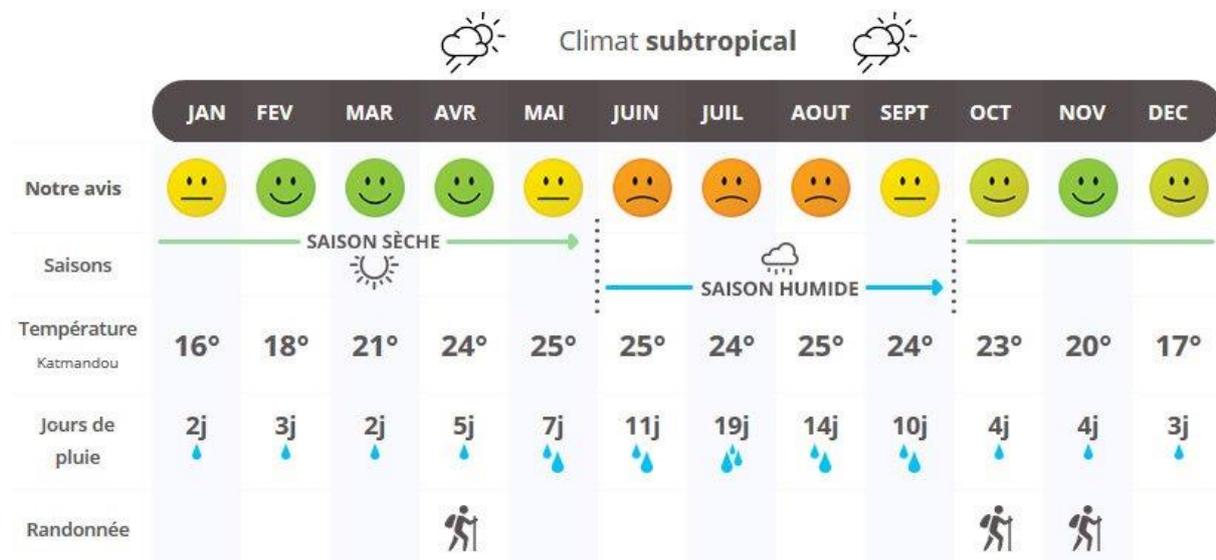
Départ : Katmandou.

Arrivée : Katmandou.

Déplacement : véhicule 4x4 avec chauffeur.

Groupe : à partir de deux personnes.

Climat : au Népal, doux et ensoleillé (15/20°). Régime de mousson l'été, pluies en fin de journée. Au Tibet, climat continental aux amplitudes très marquées. Chaud dans la journée de mai à août. Frais ou froid en automne. Temps clair au printemps et en automne, plus nuageux en été. Possibilité d'orages violents, de chutes de neige (même en été), ou de grêle.



		Climat montagnard											
		JAN	FEV	MAR	AVR	MAI	JUIN	JUIL	AOUT	SEPT	OCT	NOV	DEC
Notre avis													
Température Lhasa		8°	10°	13°	16°	20°	23°	23°	22°	20°	18°	13°	9°
Jours de pluie		2j 	2j 	3j 	5j 	6j 	9j 	13j 	13j 	15j 	7j 	3j 	1j
Randonnée													

Vols : France/Katmandou (pas de vol direct).

Encadrement : guide népalais parlant français au Népal. Chauffeur et guide chinois parlant anglais au Tibet.

Hébergement : hôtels dans les villes. Auberges locales et campements itinérants (confort rudimentaire).

Repas : restaurants à Katmandou et Lhasa. Nourriture locale en auberges et dans les campements.

Santé : aucun vaccin n'est obligatoire. Emportez une trousse avec vos médicaments.

Formalités : passeport. Visa népalais à l'arrivée ou e-visa. Visa chinois à l'ambassade à Katmandou.

TARIFS

Les tarifs dépendent des taux de change et de la taille du groupe.

- Départs à la demande, aux dates de votre choix, pour un groupe déjà constitué.

Demandez un devis.

Les tarifs comprennent :

- . Les transferts aéroport/hôtel à Katmandou et Lhassa
- . Vol Katmandou/Lhassa
- . Tous les hébergements et petits déjeuners
- . Les visites et entrées de monuments
- . Guide népalais parlant français (pour les visites de Katmandou)
- . Guide chinois
- . 4x4 avec chauffeur
- . Le visa chinois

Les tarifs ne comprennent pas :

- . Vols France/Katmandou
- . Le visa népalais double entrées
- . Les repas du midi et du soir au Népal et au Tibet
- . Les pourboires et les boissons
- . Les assurances de voyage

ALTACIMA

19 rue de la Borde 21580 SALIVES - Tél : 03 80 75 30 19 - 06 16 33 82 28

voyage.altacima@gmail.com - www.altacima.org

Immatriculation N° IM094120001 de la Chambre des associations (CDA), 94100 Saint-Maur-des-Fossés

Garantie financière : GROUPAMA Assurance-Crédit & Caution, 8/10 rue d'Astorg 75008 PARIS

Assurance RCP MAIF, 200 avenue Salvador Allende 79000 Niort