

NÉPAL

« A la rencontre de l'âme népalaise : Trek sur le balcon des Annapurnas »

Date : du jeudi 14 septembre au dimanche 01^{er} octobre 2023



Après le tremblement de terre les Népalais continuent à reconstruire. Ils ont besoin de notre soutien et des retombées touristiques. Il s'agit de découvrir **l'âme népalaise** par un trek de 10 jours sur des **chemins sans difficultés** et verdoyants sur le balcon de l'Annapurna à partir de Pokhara. Marches de courte durée avec un **guide sherpa**, portage, logement et repas dans les lodges, contacts avec la population. La durée des marches journalières varie de 2 à 4 heures, mais en altitude moyenne entre 2000 et 3200 mètres. A Katmandou et au cours de votre périple vous visiterez des **monastères bouddhistes**.

Attention : bien que la période envisagée soit favorable aux randonnées, il peut arriver dans cette région de haute montagne des intempéries imprévues qui rendent inaccessible le site ou obligent à modifier l'itinéraire. Dans ce cas le guide prend toutes les mesures pour changer d'itinéraire ou de circuit.

POINTS FORTS DU VOYAGE

- ✓ Découverte des fermes et villages entourés de magnifiques rizières
- ✓ Traversée de forêts
- ✓ Vous contemplerez un panorama à vous couper le souffle sur plus de 25 sommets de 6 à 8000 mètres, dont le 8000 mètres, dont le Dhaulagiri (8167m.) et l'Annapurna (8091m)
- ✓ Rencontres ou visites : écoles, usines, ateliers d'artisans et d'artistes, moines...
- ✓ Convivialité des hébergements en lodges (refuges de montagnes) tenus par les habitants, avec découverte de la vie locale
- ✓ A Katmandu découverte des traditions bouddhistes

ITINERAIRE – 19 jours/17 nuits

JOUR 1	Départ de Paris sur lignes régulières avec escale.
JOUR 2	Arrivée à l'aéroport de Katmandu dans l'après-midi, accueil et transfert à l'hôtel. Tour dans Katmandu selon horaire d'arrivée. Repas libre.
JOUR 3	Katmandu, visite accompagnée avec repas. Nuit à l'hôtel.
JOUR 4	Route en bus pour la ville de Pokhara et son lac (environ 7 heures). Traversée de villages et arrêts permettant de découvrir la vie locale. Poursuite jusqu'à Khanre. Départ du trek jusqu'à Tulokharka (2 h 30). Vue sur le massif des Annapurnas. Nuit en lodge.
JOUR 5	Trek jusqu'à Tolka (4 heures), village Gurung. Nuit en lodge.
JOUR 6	Trek jusqu'à Jhinu Danda (source d'eau chaude) - (4 heures). Nuit en lodge.
JOUR 7	Marche de 3 heures jusqu'à Chomrung , village Gurung (2 170 m altitude) : vue sur le Machapuchare (6 800 m) et Annapurna Sud (7 525 m). Nuit en lodge.
JOUR 8	Marche jusqu'à Luli Kharka (4 heures) Nuit en lodge.
JOUR 9	Marche jusqu'à Kaski Deurali (4 heures). Nuit en lodge.
JOUR 10	Marche jusqu'à Gorepani (3 h). Montée à Poon Hill (3 190 m altitude) en 1H 30 pour un splendide point de vue sur plus de 25 sommets de 6 à 8000 mètres, dont le Dhaulagiri (8167m.), le Machapuchare (6 800 m) et l'Annapurna I (8091m). Nuit en lodge
JOUR 11	Marche jusqu'à Jaljale , vue panoramique, coucher de soleil (3 heures). Nuit en lodge.
JOUR 12	Marche jusqu'à Lespara (6 heures), village d'artistes. Nuit en lodge.
JOUR 13	Marche jusqu'à Patechaur (4 heures). Puis route jusqu'à Sarenkhot (3 heures) : vue panoramique. Nuit en lodge.

JOUR 14	Route jusqu'à Pokhara (1 heure). Installation à l'hôtel. Visite de la ville. Repas libres.
JOUR 15	Journée à Pokhara . Visite de la ville. A voir : la vieille ville et son bazar, son lac, ses centres de méditation... Déjeuner et dîner libres. Nuit à l'hôtel.
JOUR 16	Vol le matin pour Katmandu - Installation à l'hôtel. Visite et rencontres. Repas libres.
JOUR 17	KATMANDU - DASHINKALI Visite des environs de Katmandu, au village de Dashinkali pour découvrir le bouddhisme. Avec repas au monastère. Nuit à l'hôtel.
JOUR 18	DASHINKALI - KATMANDU Suite du séjour au village de Dashinkali , pour découvrir le bouddhisme. Avec déjeuner au monastère. Diner libre à Katmandu. Nuit à l'hôtel à Katmandu ou selon horaires d'avion, transfert à l'aéroport en soirée.
JOUR 19	Transfert à l'aéroport pour le vol international. Arrivée à Paris dans la journée.



PASSEPORT

Pour un séjour de moins de trois mois : passeport en cours de validité valable au moins six mois à la date du départ

VISA

Visa touristique obligatoire (60 € à l'entrée en sept 2022, prévoir 2 photos)

CONDITIONS SANITAIRES

Certificat de vaccination Covid obligatoire ou test PCR négatif depuis moins de 72 h.

Pour le reste consulter médecin traitant avant départ. Se référer au site Internet diplomatie.gouv

Attention : être en bonne condition physique en raison de la marche en altitude

CONTACTS

Ambassade de France : Lazimpat, BP 452, Katmandu. Tél au Népal : 977 1 441 2332 ou 441 4734 ou 441 8034

RESPONSABLE DE VOYAGE

Gilbert CLAVEL : (33) 6 78 12 57 82 – gilbert.clavel@ceviéd.org
ou Louise MARGUIN : lmarguin1@outlook.fr