



TREKKING / VOYAGE EN FAMILLE DE KATMANDOU AU PAYS TAMANG

(14 JOURS)

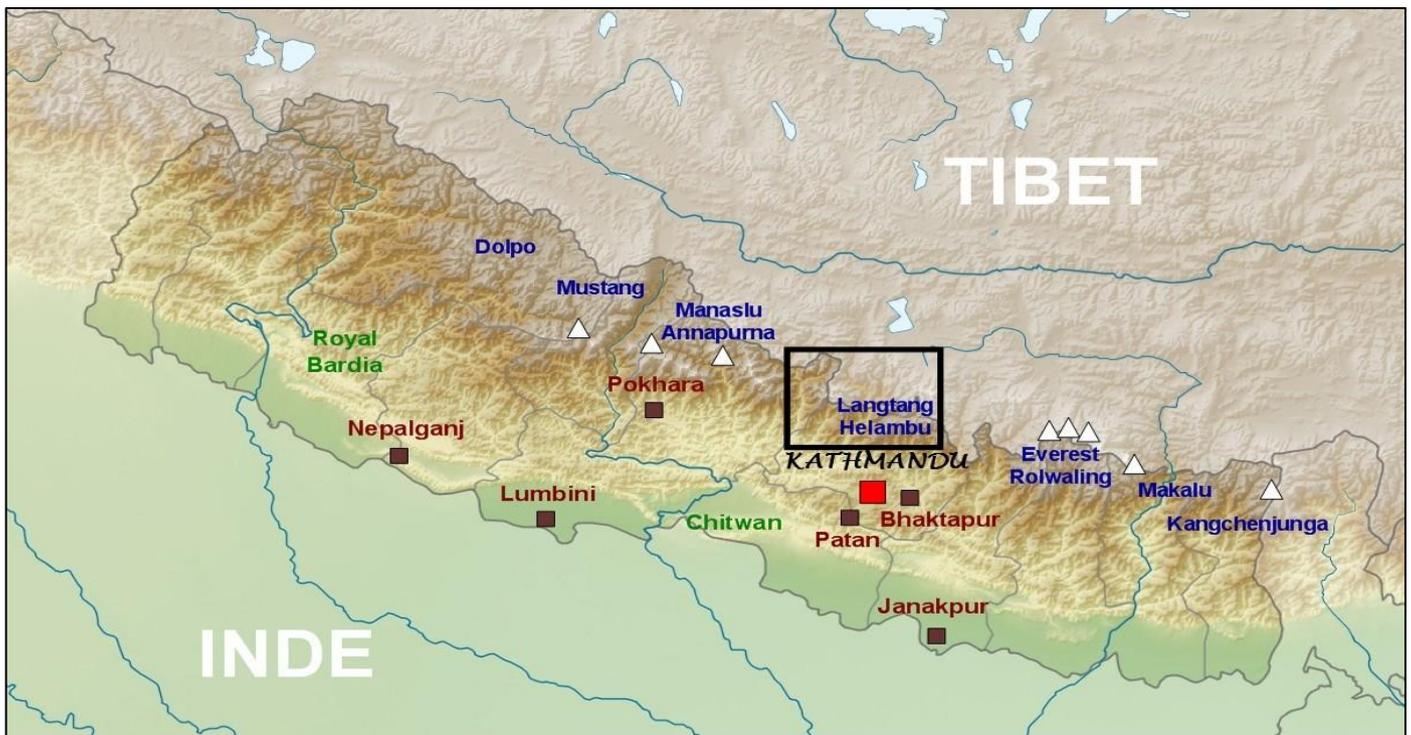
REF TL 06

En 14 jours, le circuit en famille que nous vous proposons est un très bel aperçu des paysages et cultures du Népal. Du Katmandou spirituel, insolite et odorant aux plus hautes cimes du monde, ce voyage vous plongera en immersion totale dans un pays aux gens attachants et au savoir vivre incomparable.

Votre périple débutera à Katmandou et sa vallée, où vous aurez l'occasion de découvrir les plus beaux joyaux architecturaux (Basantapur Durbar Square, Asan Tole, Bhaktapur Durbar Square, Bodnath) qui font de Katmandou une des villes les plus riches du monde. Une nuit vous est ensuite proposée à Dhulikhel, où vous pourrez admirer une campagne agricole authentique et découvrir un des joyaux bouddhistes de la vallée : le monastère de Namu Buddha.

Après ces quelques jours d'adaptation, rendez-vous aux portes du Tibet, au nord de Katmandou, dans le massif du Langtang, pour réaliser un mini trek et toucher du doigt les géants enneigés de 7000 mètres. Au programme, grands espaces, culture ancestrale et faune sauvage abondante. Une immersion dans la culture tibétaine.

Deux jours sont également prévus à votre retour à Katmandou pour vous reposer, terminer vos achats de souvenirs et finir de visiter les autres quartiers incontournables (Swayambunath, Thamel).



ENGAGEMENT RESPONSABLE :

Notre agence a une vocation solidaire ; chaque voyage que nous organisons permet l'avancée de notre engagement local. Notre agence encore toute jeune est en train de monter des projets destinés à favoriser une répartition équitable des recettes du tourisme, un fond d'aide au développement local et des formations à nos équipes. Nous sommes bien sûr preneurs si vous avez du matériel à apporter à nos guides et sherpas (chaussures, vêtements, médicaments, ...).



TREKKING / VOYAGE EN FAMILLE DE KATMANDOU AU PAYS TAMANG

(14 JOURS)

REF TL 06



CARTE DE VOTRE TREK

Niveau : 5/10 - Modéré

Encadrement : Guide népalais francophone

Taille du groupe : à partir de 3 personnes (famille)

Hébergement : Hôtel à Katmandou - Lodges en trek

Période concernée : De septembre à mai

TARIF : Nous consulter

Notre prix comprend :

- Tous vos transports dans le cadre de votre programme en véhicule privé avec chauffeur
- Toutes vos nuits (petit déjeuner inclus)
- Tous vos repas de trek (thé inclus et à volonté)
- Les permis de trek et de parcs nationaux et toutes vos visites
- Votre encadrement (1 guide francophone pour tout le voyage + 2 porteurs et 1 cheval pour les enfants en trek)

Notre prix ne comprend pas :

- Vos frais administratifs (assurance personnelle, visa...)
- Votre billet d'avion (sinon sur demande)
- Vos dépenses personnelles
- Vos repas du soir à l'hôtel de Katmandou
- Les pourboires
- Toutes les boissons autres que le thé



PROGRAMME

Jour 1 : Arrivée à Katmandou (1350m) – accueil à l’aéroport par un de nos agents. Transfert vers votre hôtel en voiture privée et reste de la journée libre. Vous pourrez notamment visiter le quartier de Thamel, le centre historique et touristique de Katmandou. Nuit à votre hôtel à Thamel.

Jour 2 : Katmandou ; visite de Basantapur Durbar Square (le quartier des temples de Katmandou) et Asan Tole (le quartier commerçant de Katmandou et des népalais). Si vous le désirez, n’hésitez pas à retourner à votre hôtel en pousse-pousse ! Nuit à votre hôtel à Thamel.

Jour 3 : Le matin, vers 9h, transfert en véhicule privé avec chauffeur jusqu’à Bhaktapur, ancienne capitale royale, haut lieu architectural de la vallée. Compter 45 minutes de voiture. ½ journée est dédiée à la visite de cette somptueuse vieille ville. En milieu d’après-midi, transfert vers Dhulikhel en environ 30 minutes de route, dans la campagne népalaise et son agriculture en terrasses. Le soir, vous pourrez admirer la belle vue qu’offre Dhulikhel depuis votre hôtel niché au sommet d’une montagne. Une expérience unique. Nuit en hôtel.

Jour 4 : Départ vers 8h pour une marche agréable de Dhulikhel à Namo Buddha, à travers des villages authentiques et une agriculture en terrasses. Un itinéraire unique de 3h de marche facile où vous aurez l’occasion de rencontrer beaucoup d’enfants. Vers midi, arrivée à Namo Buddha, un très haut lieu spirituel reconnu dans tout le monde bouddhiste. Il s’agit en fait d’un des plus gros monastères du pays et du lieu où Bouddha lui-même vécut une de ses vies et offrit son corps à une tigresse affamée et ses 5 bébés. Somptueux. En fin d’après-midi, route retour vers Katmandou en voiture privée. Environ 1h30 de route. Nuit à votre hôtel à Thamel.

Jour 5 : Katmandou ; le matin, court transfert vers Bodnath en véhicule privé et visite de ce fabuleux quartier tibétain et son stupa où le temps s’arrête. Un lieu de plénitude qui ne laisse jamais indifférent. Après le déjeuner, court transfert jusqu’à Kapan et son monastère bouddhiste niché au sommet d’une montagne dominant la ville. (cette visite peut également être remplacée par la visite de Pashupatinath, le quartier des crémations dédié au dieu hindouiste Shiva ; nous vous proposons dans ce programme la visite de Kapan car nous estimons qu’elle est plus appropriée pour des enfants).



Quartier de Thahiti



Bodnath



Namo Buddha



Kapan



Basantapur Durbar Square



Sur le marché d’Asan Tole



PROGRAMME

Jour 6 : Départ tôt le matin en véhicule privé pour Syabrubesi (1450m). En chemin, arrêt aux abords de Trisuli pour prendre le déjeuner dans un restaurant très agréable équipé d'une piscine. Prévoir le maillot de bain ! Arrivée en milieu d'après-midi à Syabrubesi. 7h de trajet. Après ce long voyage, vous pourrez vous prélasser dans un bon bain d'eau de source chaude. Nuit dans un lodge de notre famille dans ce petit village charmant.

Jour 7 : DEBUT DU TREK. Vous serez accompagnés de votre guide francophone (qui vous suit tout le voyage) ainsi que 2 porteurs (pour vos sacs). Le matin, transfert jusqu'à Goljung (1950m) en environ 1h30 de voiture, puis 2h de marche jusqu'au village de Gatlang (2240m) où vous prendrez votre déjeuner. Reste de la journée libre pour visiter ce somptueux village. Gatlang se trouve au milieu de terrasses et est un village authentique dont la culture est restée préservée depuis des siècles. C'est pour Nepatrek un endroit important car il est le lieu de naissance de notre Directrice Pasang. Nuit en lodge.

Jour 8 : Marche jusqu'à Gonggang (2230m) en 3h30 de marche. Ce tout petit village est juste au-dessus d'une vallée agricole en terrasses bien inondé de soleil. L'après-midi, vous pourrez admirer l'environnement qui vous entoure ou flâner dans les champs à la rencontre des habitants. Nuit en lodge.

Jour 9 : Marche jusqu'à Tatopani (2607m), un joli village niché dans une forêt à quelques kilomètres du Tibet. 2h00 de marche. Ce village a la particularité de bénéficier de grands bains d'eau de source très chaude. Cet endroit très réputé pour ses bienfaits vous relaxera. Un réel plaisir après une bonne journée de marche ! Nuit en lodge.

Jour 10 : Marche jusqu'à Nagthali (3165m) en environ 3h30. Cet endroit est tout simplement époustouflant de par sa vue exceptionnelle à 360° sur les montagnes enneigées de 7000m du Tibet et du massif du Langtang et Ganesh Himal. Nuit en lodge.

Jour 11 : Marche jusqu'à Lingling (1740m) en environ 3h de marche. Vous passerez par le village de Thuman, grosse bourgade offrant une belle vue sur le Langtang Lirung (7257m). Lingling se trouve le long de la route menant au Tibet, à seulement 9 kilomètres de la frontière. Une Jeep vous attendra ici pour vous ramener à Syabrubesi en environ 30 minutes. Reste de la journée libre pour vous reposer ou visiter le vieux village de Syabrubesi. Nuit au lodge familial à Syabrubesi.



Terrasses à Gatlang



Enfants de Thambuchet



Village de Gatlang



A Chilime



Source d'eau chaude à Tatopani



Singe vers Nagthali



PROGRAMME

Jour 12 : Départ tôt le matin en véhicule privé pour Katmandou en environ 6h de route. Comme à l'aller, arrêt à mi-chemin pour un bon déjeuner au restaurant avec piscine. Reste de la journée libre. Nuit à votre hôtel à Thamel.

Jour 13 : Katmandou ; matinée dédiée à la visite de Swayambunath à pied. En chemin, vous découvrirez le Katmandou local et son artisanat. Swayambunath est un temple bouddhiste niché au sommet d'une montagne d'où la vue sur Katmandou est impressionnante. Ce haut lieu spirituel est également le lieu de rassemblement de centaines de macaques. A bon moment à vivre en famille. L'après-midi, dernière visite, vous vous rendez à Patan pour découvrir la troisième et dernière ancienne capitale royale à l'architecture exceptionnelle. Le soir, Nepatrek vous invite à un repas dans un restaurant de qualité pour passer un dernier bon moment en votre compagnie, à Patan. Une façon pour nous de recueillir vos impressions et commentaires sur votre séjour. Nuit à votre hôtel à Thamel.

Jour 14 : Vol retour en France.

Les temps de marche et de transports ne sont qu'à titre indicatif – ils sont sujets à modification selon les conditions.



A Nagthali



Temple hindouiste à proximité de Thamel



Vue sur Katmandou



Temple de Swayambunath



Pousse-pousse à Thamel



Monastère à proximité de Thamel



VOTRE VOYAGE EN DETAILS

HEBERGEMENTS

A Katmandou, vous serez hébergés dans un hôtel de confort au cœur même de Thamel, le centre touristique et historique de Katmandou, en chambre familiale. Tous les services sont disponibles dans cet hôtel.

Durant l'excursion à Dhulikhel, vous serez hébergés dans un hôtel confortable en chambre doubles côte à côte. L'hôtel offre une vue exceptionnelle.

En trekking, votre hébergement sera assuré dans des lodges, en chambres doubles. Electricité (pour recharger vos appareils), téléphone et eau chaude sont disponibles sur demande (en moyenne 200 Roupies).

TRANSPORTS

Tous vos transports seront assurés en voiture privée avec chauffeur.

A Thamel, de nombreux taxis et autres rickshaws (pousse-pousse) pourront vous conduire où vous le souhaitez pour une poignée de Roupies.

(Des pannes, retards ou changements dans le programme peuvent intervenir en raison des conditions de circulation, des routes et des aléas de la météo. Les temps donnés dans nos fiches techniques ne sont qu'à titre indicatif).

ENCADREMENT

A votre arrivée à Katmandou, vous serez pris en charge par un de nos agents francophone jusqu'à votre hôtel.

Un guide francophone vous accompagnera durant tout le voyage (sauf pendant les journées libres) pour plus de confort.

Durant l'excursion à Bhaktapur, un guide culturel francophone interviendra pour vous faire découvrir avec précision l'ancienne capitale royale.

Durant le trek, vous bénéficierez de votre guide francophone, ainsi que 2 porteurs pour vos sacs et un porteur qui prendra soin de vos enfants et pourra les porter en cas de fatigue. Ce dernier guide est très familiarisé aux enfants.

Par respect pour notre équipe locale, merci de bien veiller à respecter la charge de vos porteurs, à savoir un maximum de 10 Kg par personne. Nepatrek est particulièrement exigeante sur la formation de ses guides, notamment au français et aux gestes de premiers secours ; tous sont bien sûr licenciés, conformément aux normes locales.

VIE SUR PLACE

DECALAGE HORAIRE :

En été : + 3h45 par rapport à la France métropolitaine

En hiver : + 4h45 par rapport à la France métropolitaine

LANGUE :

Parmi les 60 langues des différentes ethnies et cultures du Népal, le Nepali est parlé par tous ; l'anglais est également très répandu.



VOTRE VOYAGE EN DETAILS

ELECTRICITE – EAU :

De nombreux problèmes sont à déplorer au Népal. En hiver, les coupures de courant peuvent durer 16 heures par jours et l'eau ne doit être bue que si elle est en bouteille ou si elle a été purifiée.

ARGENT :

1 € = 125 Roupies

A Katmandou, prévoir environ 4 à 5 € par repas (pour vos repas du soir et durant les journées libres) et changez l'argent que vous souhaitez garder pour vos dépenses personnelles durant le trek (aucun bureau de change pendant le trekking).

Pour vos achats de souvenirs, le Népal est un pays très bon marché ; n'hésitez pas tout de même à négocier (respectueusement) les tarifs que l'on vous donne, c'est un des sports nationaux du pays !

N'oubliez pas de prévoir un budget pourboire à donner le dernier jour de votre trek à votre équipe locale (compter environ 4000 Roupies pour le guide et 2000 Roupies par porteur).

FORMALITES

POUR RESERVER VOTRE VOYAGE NEPATREK :

- 1 - Remplissez votre demande de réservation sur le site Nepatrek.com ou écrivez-nous par email
- Nepatrek vous confirme réception avec votre facture, votre feuille de participant et les modalités de paiement
- 2 - Rendez-vous sur notre plateforme de paiement envoyée par email et versez votre acompte
- Votre réservation est confirmée par Nepatrek
- 3 - Après obtention, envoyez par email 1 copie de votre visa et de votre passeport, votre fiche de participant remplie et 1 photo d'identité de bonne résolution.
- 2 mois avant votre départ, Nepatrek vous communiquera la facture du solde de votre voyage et les modalités de paiement
- 4 - Rendez-vous sur notre plateforme de paiement envoyée par email et versez votre solde et envoyez-nous par email votre souscription à une assurance multirisques avec prise en charge en altitude (pour les treks et expéditions).
- Votre inscription est terminée, votre facture finale vous est envoyée

POUR VOTRE VISA :

Passeport valide plus de 6 mois après la date de votre retour

Visa obligatoire – entrées multiples

Il est possible d'obtenir le visa directement à l'aéroport (compter environ 30 Dollars). Vous pouvez également le demander à l'Ambassade du Népal en France.

AMBASSADE DU NEPAL

45 bis, Rue des Acacias

75 017 PARIS

☎ 01.46.22.48.67 (service consulaire)

Ouvert du lundi au vendredi de 10h00 à 13h00

Tarif : Environ 30 € (paiement au dépôt en espèces uniquement – susceptible d'être modifié, se renseigner auprès de l'ambassade.

Pièce à fournir : 1 formulaire de demande de visa, 1 photo.

Délai d'obtention : 4 à 5 jours.



VOTRE VOYAGE EN DETAILS

SANTE :

Le Népal est une destination sauvage. Un trekking dans ces contrées nécessite une bonne forme physique et un état de santé suffisant, même si le trek en question ne présente aucune difficulté. Il est donc conseillé de consulter votre médecin qui vous conseillera. Aucun problème lié à l'altitude sur ce trek.

Aucun vaccin obligatoire ; la rage en préventif serait un plus.

Vaccins habituellement conseillés : Hépatite A et B, typhoïde

PHARMACIE :

- Médicaments contre les troubles intestinaux
- Médicaments contre les rhumes et angines
- Antibiotique à spectre large (sur conseils de votre médecin)
- Désinfectant, compresses stériles
- Seringue
- Produits anti-moustiques
- Stick à lèvres
- Crème solaire
- Pastilles purifiantes pour l'eau (même si vous trouverez de l'eau minérale dans TOUS les endroits visités)
(Prévoir également votre carnet de vaccinations et votre carte de groupe sanguin)

EQUIPEMENT :

- 2 sacs marins ou 2 gros sacs à dos (1 sac pour 2 personnes - 10 Kg maximum par personne) pour vos porteurs et un petit sac pour votre équipement de la journée. **VALISE A PROSCRIRE**
- Habillement léger, de préférence en coton pour Katmandou (T-shirts, bermudas...)
- 1 maillot de bain (ou short de bain) pour papa et les enfants, 1 maillot 1 pièce et/ou paréo pour maman
- Gros pull et sous-pull pour les étapes en altitude
- Eventuellement 1 legging pour les soirs en altitude
- 1 bon coupe-vent Gore-Tex / cape de pluie
- 1 chapeau ou casquette
- Chaussures de marche, 1 paire de tongs
- Lunettes de soleil
- Serviette et affaires de toilette (si possible bio)
- Papier hygiénique
- Lampe de poche
- Réveil de voyage
- Lingettes
- 2 T-shirt respirant
- 1 pantalon Gore-Tex
- 1 sac de couchage moyenne montagne (Température confort 0°C)

INFOS DIVERSES

Si vous souhaitez aider la population locale (affaires scolaires, médicaments, habits...), vous pouvez déposer vos dons à notre agence qui se fera un plaisir d'en faire profiter notre équipe locale et les villages où nous développons un projet d'aide équitablement. Notre agence a une vocation solidaire ; chaque voyage que nous organisons permet l'avancée de notre engagement local. Notre projet en cours est d'apporter l'eau à des villages isolés et de permettre le développement d'une agriculture salariée.

Si vous souhaitez plus d'informations sur le Népal, nous vous recommandons l'achat d'un guide. Lonely Planet (à vocation aventurière) ou le Routard (à vocation culturelle) seront de bons partenaires de voyage !