



bien plus qu'un voyage...

TREKKING

LE BALCON DES ANNAPURNAS

(14 JOURS)

REF TA 12

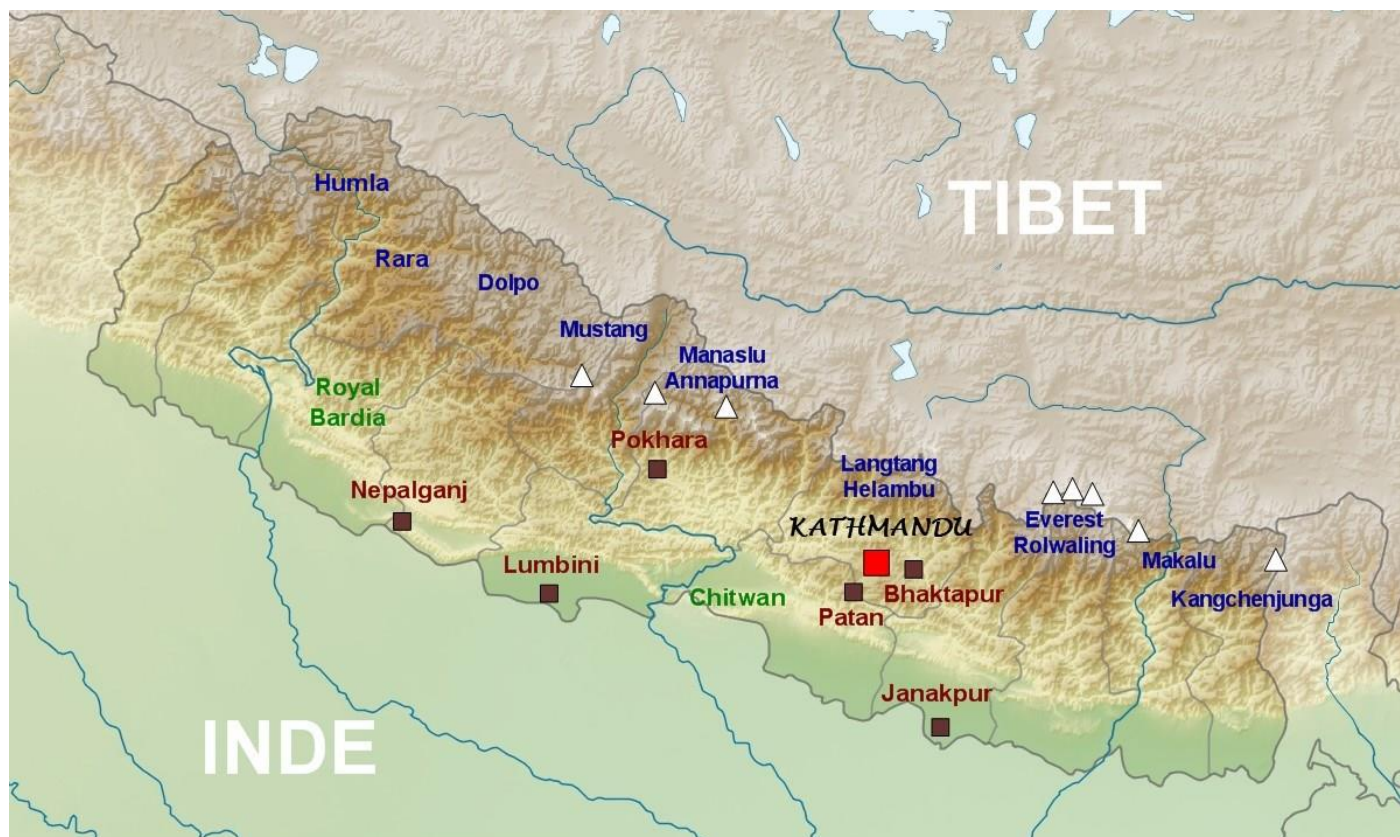
Ce trek original vous offre une autre approche du balcon des Annapurnas, une approche plus intimiste, plus riche et plus hors des sentiers battus que les itinéraires traditionnels.

L'originalité de ce trek réside dans le passage par la crête de Khopra Danda et sa vue majestueuse sur l'Himalaya et ses forêts de rhododendrons somptueuses. D'une diversité impressionnante, vous serez forcément séduits par ce trek destiné à tout bon marcheur de niveau limité.

Un trek idéal pour un premier voyage de niveau modéré au Népal, destiné à donner un aperçu complet de la panoplie de paysages que peut offrir ce pays magnifique.

→ Possibilité d'extension avec une visite plus approfondie de Pokhara ou Kathmandu et sa vallée. 5 jours de plus.

ENGAGEMENT RESPONSABLE DE VOTRE AGENCE LOCALE : Notre agence locale 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, ...).



Niveau : 6/10 –Modéré

Encadrement : Guide népalais anglophone

Taille du groupe : 2 participants

Hébergement : Hôtels confortables à Kathmandu et Pokhara - Lodges en trek

Période concernée : De mi-septembre à mi-décembre et de mi-mars à fin mai



NEPATREK

PROGRAMME

bien plus qu'un voyage...

JOUR 1 : ARRIVEE AU NÉPAL

Vol France-Kathmandu. Transfert à l'hôtel. Temps libre. Nuit à l'hôtel. Repas à votre charge. Nuit à l'hôtel.

JOUR 2 : KATHMANDOU - POKHARA

Nous prenons la route de Pokhara en bus touristique de confort. Le trajet est long, très fréquenté par des camions qui ravitaillent Katmandou. Arrêt pour déjeuner dans un des nombreux petits « routiers » le long de la route. Pendant le trajet, vu sur les massifs des Annapurna et du Manaslu. 7 heures de route. Nuit en hôtel. Petit-déjeuner et déjeuner inclus.

JOUR 3 : POKHARA - GANDRUNG

Ce matin nous rejoignons le départ du trek. Nous quittons le bus à Kimche et par une série d'escaliers à travers les cultures en terrasses, nous rejoignons le village de Gandrung, l'un des plus importants villages Gurung de la région, à l'architecture authentique... Installation dans un lodge et découverte du village. Vues superbes sur les Annapurna et le Machapuchare. 4 heures de route - transfert assuré en bus privé. 2-3 heures de marche. Nuit en lodge. Petit-déjeuner, déjeuner et dîner inclus. D+ 310 m

JOUR 4 : GANDRUNG - TADAPANI

Un sentier facile nous mène à la rivière Kyunri Khola, nous remontons jusqu'au lieu-dit Bheri Kharka (2300m). Puis tranquillement, au milieu d'une magnifique forêt de rhododendrons géants, nous arrivons à Tadapani. 6 heures de marche. Nuit en lodge. Petit-déjeuner, déjeuner et dîner inclus. D+ 800 m D- 110 m

JOUR 5 : TADAPANI - ISHARU

Nous quittons le chemin principal qui mène à Ghorepani pour suivre un sentier qui sert principalement aux habitants. Nous montons à travers une épaisse forêt de rhododendrons avant d'arriver aux pâturages des buffles d'eau. Les vues sur la chaîne de l'Annapurna sont superbes. Nous arrivons à Dobato, au lieu dit Isharu. 6 heures de marche. Nuit en lodge. Petit-déjeuner, déjeuner et dîner inclus. D+ 900 m D- 170 m



NEPATREK

PROGRAMME

bien plus qu'un voyage...

JOUR 6 : ISHARU - CHISTIBUNG

Nous partons tôt le matin pour assister au lever du soleil. Nous marchons à travers une forêt de rhododendrons. Au sommet, le Dhaulagiri apparaît dans toute sa majesté ainsi que l'Annapurna Sud, l'Huinchuli et le Machapuchare. Le belvédère de Muldaï est à la hauteur du fameux Poon Hill que nous verrons dans quelques jours. Descente au lodge communautaire de Dobato pour le petit déjeuner puis départ pour Chistibung. Belle marche sur une crête, nous passons un petit col et entamons une longue descente dans les rhododendrons pour atteindre le fond de la vallée, puis remontée, toujours dans les rhododendrons. 6 heures de marche. Nuit en lodge. Petit-déjeuner, déjeuner et dîner inclus. D+ 420 m D- 860 m

JOUR 7 : CHISTIBUNG - KOPRA

C'est en traversant une belle forêt de rhododendrons que nous arrivons à un petit étang sacré. La vue se dégage. Nous nous faufileons entre les blocs pour rejoindre un éperon d'où la vue sur le Dhaulagiri est extraordinaire. Nous devons fournir encore un petit effort pour rejoindre le lodge communautaire de Kopra et son panorama grandiose formé par l'Annapurna Sud, et les sommets de Fang et Nilgiri au nord. Au-delà des profondeurs de la vallée de la Kali Gandaki, le Dhaulagiri Himal domine toute la ligne d'horizon à l'ouest. Après le déjeuner, pour profiter plus encore de ce magnifique paysage, nous marcherons sur les crêtes qui dominent Kopra Ridge, en direction du lac sacré de Khayar (4025m). Retour au lodge. 7 heures de marche. Nuit en lodge. Petit-déjeuner, déjeuner et dîner inclus. D+ 600 m D- 400 m

JOUR 8 : KOPRA - SWANTA

Le sentier est raide mais descend régulièrement. Cette région est réputée pour sa faune. Nous aurons peut-être la chance d'apercevoir un tahr de l'Himalaya, robuste et agile mammifère, ou un faisan Danfe, animal national du Népal. Nous retrouvons la forêt dense de rhododendrons, franchissons un pont de bois qui enjambe une rivière. Nous poursuivons notre marche sur un sentier agréable et bien marqué. Nous arrivons au joli hameau de Swanta, au milieu des rizières. 7 heures de marche. Nuit en lodge. Petit-déjeuner, déjeuner et dîner inclus. D+ 395 m D- 1790 m



NEPATREK

PROGRAMME

bien plus qu'un voyage...

JOUR 9 : SWANTA - GHOREPANI

Nous marchons au milieu des rizières et descendons jusqu'à une petite rivière que nous traversons par un pont suspendu pour remontée vers le village de Chitre. Puis le chemin monte pour atteindre le village de Ghorepani, d'où nous pourrions admirer les magnifiques vues sur les étapes des jours précédents. 5 heures de marche. Nuit en lodge. Petit-déjeuner, déjeuner et dîner inclus. D+ 560 m D- 150 m

JOUR 10 : GHOREPANI - MOHARE DANDA

Journée exceptionnelle ou nous gravirons deux belvédères reliés par une magnifique ligne de crête : le classique Poon Hill et le belvédère de Mohare Danda. Levé très tôt pour admirer le levé de soleil à Poon Hill sur le Dhaulagiri et les Annapurna. Nous progressons sur la crête de Mohare Danda et gardons le Dhaulagiri en toile de fond tout du long. Nous quittons les rhododendrons et visitons une magnifique bergerie de yacks et de buffles. Nous continuons de progresser sur la crête et arrivons au lodge communautaire de Mohare Danda, où nous aurons une vue extraordinaire sur le Mardi Himal, le Lamjung Himal, le Machapuchare, le Hiunchuli, les Annapurna d'un côté et de l'autre, les Dhaulagiri, le Tukuchoe... et même le lac de Pokhara. 5 heures de marche. Nuit en lodge. Petit-déjeuner, déjeuner et dîner inclus. D+ 700 m D- 160 m

JOUR 11 : MOHARE DANDA - LEPAR - NAYA PUL

Départ tôt le matin après avoir admiré le lever du soleil sur les sommets. Nous progressons sur une magnifique crête d'abord à découvert puis dans la forêt jusqu'à un petit col et descendons vers une clairière pour remonter en douceur jusqu'au Hampal Pass (2990 m). Belle vue plongeante sur la profonde vallée de la Kali Gandaki entre Baglung et Beni. Descente rapide vers le hameau de Lepar. Très belle journée de marche au milieu des rizières et des villages colorés. 7 heures de marche. Nuit en lodge. Petit-déjeuner, déjeuner et dîner inclus. D+ 200 m D- 1200 m

JOUR 12 : NAYA PUL - KATHMANDOU

Petite marche sur une piste carrossable pour rejoindre la route principale. Nous entamons le retour pour Kathmandu en voiture privée. Halte déjeuner à Mugling dans un « petit routier ». 8 heures de route. 1 à 2 heures de marche. Nuit en hôtel. Petit-déjeuner et déjeuner inclus.



NEPATREK

bien plus qu'un voyage...

PROGRAMME

JOUR 13 : KATHMANDOU

Journée libre pour les derniers achats. Possibilité d'organiser une visite (transport à votre charge) dans Kathmandu ou aux alentours. Repas à votre charge. Petit-déjeuner inclus.

JOUR 14 : VOL NÉPAL - FRANCE

Transfert à l'aéroport en fonction de l'horaire de départ. Vol Kathmandu-France. Repas à votre charge. Petit-déjeuner inclus.

Les temps de marche et de transports ne sont donnés qu'à titre indicatif. Ils sont sujets à modification selon vos capacités physiques et les conditions météorologiques et géologiques des lieux.



NEPATREK

bien plus qu'un voyage...

VOTRE VOYAGE EN DETAILS

HEBERGEMENTS

A Kathmandu et Pokhara, vous serez hébergés dans des hôtels de qualité, base chambre double, situés dans des lieux stratégiques de leurs villes. Petits déjeuners inclus.

En trekking, votre hébergement sera assuré dans des lodges, en chambres doubles. Electricité, téléphone et eau chaude sont parfois disponibles sur demande (en option).

TRANSPORTS

Vos transferts aéroport/hôtel et hôtel/aéroport seront assurés par nos soins en voiture individuelle.

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

Votre acheminement vers votre trek sera assuré en voiture privée et véhicules collectifs de tourisme. Une option garantissant un timing respecté et aucun imprévu du au mauvais temps.

(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 Kathmandu, vous serez pris en charge par un de nos agents jusqu'à votre hôtel. A Kathmandu, vous pouvez disposer d'un guide culturel, sur demande.

En trek, guide local anglophone + 1 porteur pour 2 personnes.

Par respect pour notre équipe locale, merci de bien veiller à respecter la charge de votre porteur, à savoir un maximum de 10 Kg par personne. Notre agence locale 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

En hiver : + 4h45 par rapport à la France

LANGUE :

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

ELECTRICITE – EAU :

De nombreux problèmes sont à déplorer au Népal. En hiver, les coupures de courant peuvent durer 12 heures par jours et l'eau ne doit être bue que si elle est en bouteille ou si elle a été purifiée.



NEPATREK

bien plus qu'un voyage...

VOTRE VOYAGE EN DETAILS

ARGENT :

1 € = 125 Roupies

A Kathmandu, prévoir environ 4 à 5 € par repas 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, 2000 Roupies par porteur).

FORMALITES

POUR RESERVER VOTRE VOYAGE NEPATREK :

1 - Remplissez votre demande de réservation sur le site Nepatrek.com

→ 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 : 90 € (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, copie de la facture délivrée par NEPATREK.

Délai d'obtention : 4 à 5 jours.



NEPATREK

bien plus qu'un voyage...

VOTRE VOYAGE EN DETAILS

SANTE :

Le Népal est une destination où vous pouvez vous retrouver isolé pendant des jours. Un trekking dans ces contrées nécessite une bonne forme physique et un état de santé suffisant. Il est donc conseillé de consulter votre médecin qui vous conseillera.

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)
- Médicament contre le mal des montagnes (Diamox sur conseils de votre médecin, sinon Doliprane et/ou coca en homéopathie)
- Désinfectant, compresses stériles
- Produits anti-moustiques
- Stick à lèvres
- Crème solaire
- Pastilles purifiantes pour l'eau

(Prévoir également votre carnet de vaccinations et votre carte de groupe sanguin)

EQUIPEMENT :

- 1 sac marin (10 Kg maximum) pour votre porteur et un petit sac pour votre équipement de la journée. Nepatrek peut vous fournir ce sac si besoin. **VALISE A PROSCRIRE**
- Habillement léger, de préférence en coton pour Kathmandu et Pokhara
- Gros pull et sous-pull pour les étapes en altitude
- 1 coupe-vent Gore-Tex / cape de pluie
- 1 chapeau ou casquette
- Chaussures de marche, 1 paire de tongs
- Lunettes de soleil
- Sac à viande
- Serviette et affaires de toilette (si possible bio)
- Papier hygiénique
- Lampe de poche type frontale
- 1 bon sac de couchage haute montagne (environ 0 °C température confort)
- 2 T-shirt respirant
- 1 pantalon Gore-Tex
- Des gants légers
- Des bâtons si vous en estimez le besoin
- 1 legging

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.



NEPATREK

bien plus qu'un voyage...

VOTRE VOYAGE EN DETAILS

Notre agence locale 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 !

Les programmes que nous proposons ne sont donnés qu'à titre indicatif. Il est bien sûr possible de modifier tout programme selon vos envies, d'allonger, ou de raccourcir des étapes selon votre niveau. Pour les longs séjours, possibilité de combiner deux voyages ou de réaliser un circuit Inde / Népal pour une aventure exceptionnelle.

REPAS DE FIN DE SEJOUR

Notre équipe met un point d'honneur sur la proximité, l'échange et le partage d'expérience entre le client et l'organisateur de son voyage. C'est pourquoi nous avons l'honneur de vous convier à un repas de fin de séjour organisé par Nepatrek dans un restaurant de confort, durant lequel nous pourrions discuter ensemble de votre ressenti à chaud sur ce voyage et passer un bon moment ensemble avant votre retour en France.

Vous pourrez ainsi nous décrire vos émotions et nous donner des suggestions pour toujours améliorer notre qualité d'accueil et de service.