



NEPAL

« Beauté Lointaine »

12 jours / 9 nuits



Votre contact TRANSUNIVERS

01.88.89.78.72

gir@transunivers.fr



Transunivers SA – 28 rue Nollet 75017 Paris – Tél : 01 42 23 77 77 – Fax : 01 42 23 34 23
SA au capital porté à 440 000 € - Siret 325.538.999.00112 – APE 7911Z-IM075120228





Les points forts

Partez à l'aventure **au Népal** et découvrez la magnifique vallée de Katmandou et ses trésors demeurant intacts, les villes royales et villages au charme fou, les palais et pagodes, les artisans et ateliers de potiers. Un voyage au Népal, c'est également la promesse de paysages uniques, des hautes cimes aux neiges éternelles aux forêts tropicales abritant une faune sauvage et une flore luxuriante. Mais vous serez surtout marqués à jamais par les lumineux visages des montagnards, leur accueil chaleureux et leur générosité sans pareil.

Les points forts de votre programme :

- ✓ Vols A/R sur vol régulier QATAR AIRWAYS
- ✓ Les sites du patrimoine mondial du Népal.
- ✓ Explorez le chaos amical de Katmandou avec une promenade en pousse-pousse à Thamel.
- ✓ Découvrez la majesté de la chaîne himalayenne.
- ✓ Balade en bateau sur le lac Phewa
- ✓ Admirez la beauté naturelle de la région de l'Annapurna à Pokhara.
- ✓ Observez les insaisissables tigres du Bengale et les rhinocéros unicorns en voie de disparition en safari 4X4 dans le parc national de Chitwan.
- ✓ Promenade en canoé à Chitwan
- ✓ Trek dans la vallée de Pokhara
- ✓ La rencontre avec un camp de réfugié Tibétain
- ✓ La visite d'une école
- ✓ La visite d'un centre de recherche agricole
- ✓ Découverte de Bathali ses splendides paysages et sa vue sur les chaînes de l'Himalaya

Notre savoir faire

Transunivers propose des voyages sur-mesure et travaille avec des prestataires locaux rigoureusement sélectionnés afin de concevoir des voyages de qualité répondant à vos attentes. Afin de s'en assurer, nos collaborateurs ont testé ce voyage et les visites proposées.

Transunivers est agréé par l'Association Internationale du Transport Aérien (**IATA**), adhérent au Syndicat national des agences de voyages (**SNAV**), membre du cercle économique des agences groupistes (**C.E.A.G**), partenaire de l'association Tourism For Development et de la fondation GoodPlanet.



Retrouvez-nous sur www.transunivers.fr ainsi que sur les réseaux sociaux :

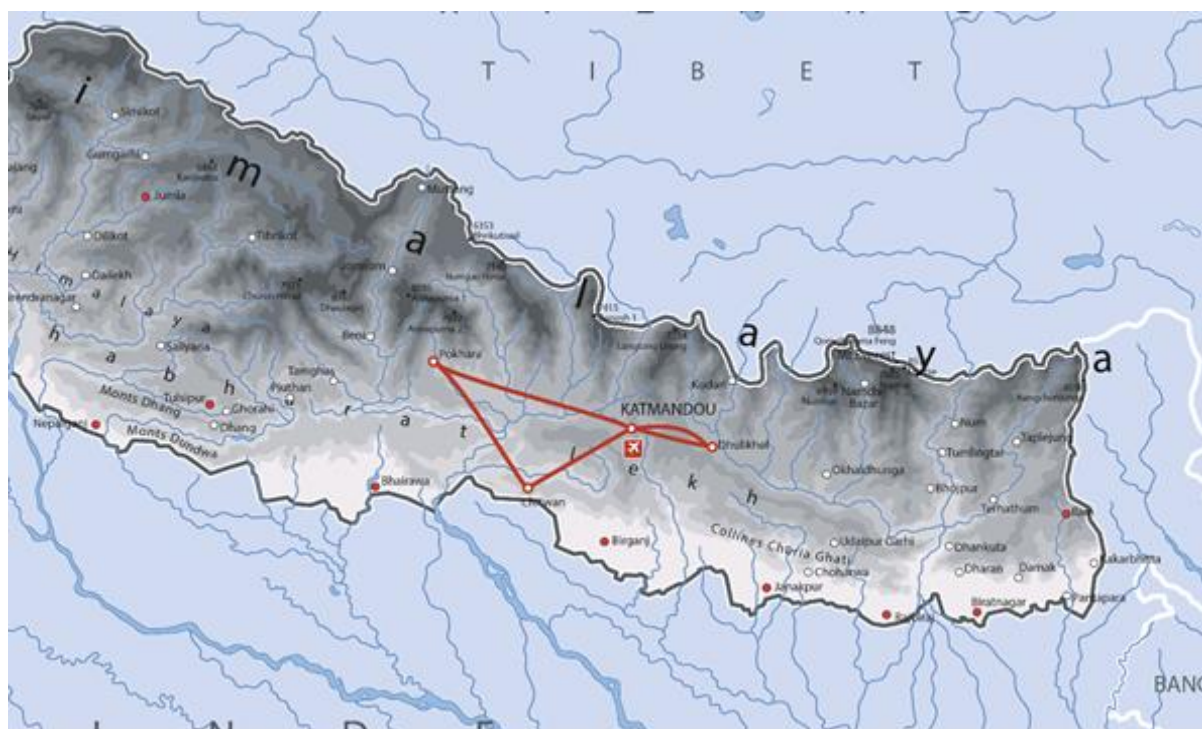


Transunivers SA – 28 rue Nollet 75017 Paris – Tél : 01 42 23 77 77 – Fax : 01 42 23 34 23
SA au capital porté à 440 000 € - Siret 325.538.999.00112 – APE 7911Z-IM075120228





Votre itinéraire



Jour 1	Paris →DOHA→Kathmandu	→
Jour 2	Kathmandu	
Jour 3	Kathmandu	
Jour 4	Kathmandu – Chitwan	170KM - 6H
Jour 5	Chitwan	
Jour 6	Chitwan – Pokhara	165KM -07H
Jour 7	Pokhara	
Jour 8	Pokhara - Kathmandu -Dhulikel	245KM-8H30
Jour 9	Dhulikel / Balthali	20KM-50 MIN
Jour 10	Balthali / Kathmandu	40KM-1H30
Jour 11	Kathmandu →DOHA→ Paris	→
Jour 12	→ Paris	





JOUR 1 PARIS → DUBAI → KATHMANDU

Temps de vol : 12H50

Convocation des participants à l'aéroport de **Paris CDG**.

Assistance aux formalités d'enregistrement et envol à destination de **Kathmandu sur vol réguliers QATAR AIRWAYS VIA DOHA**.

Repas et nuit à bord.

JOUR 2 KATHMANDU *Altitude : 1400 m*

Petit déjeuner à bord

Arrivée à **Kathmandu**. Accueil à l'aéroport par votre guide local.

TRANSUNIVERS a le plaisir d'offrir à chaque participant une bouteille d'eau (1L) par jour et par personne dans le bus.

Kathmandu est la capitale politique et religieuse du Népal, dont elle est également la plus grande ville. Elle est encerclée par des montagnes de taille moyenne dans les contreforts de l'Himalaya, ce qui explique qu'on parle de la vallée de Katmandou. La structure actuelle de la ville remonte au XVI^e siècle.

City tour en autocar

Déjeuner au restaurant

Installation à votre hôtel

Puis départ en bus pour le quartier de Thamel

Découvrez le quartier de Thamel, le plus ancien quartier de la capitale situé au centre de Katmandou. Les bâtiments anciens sont conçus dans le style Newari ; les premiers habitants de la vallée de Katmandou. Le quartier de Thamel propose de nombreuses boutiques, bars, restaurants

Découverte du marché local de Thamel et de l'artisanat Népalais

Balade en tuk tuk dans les ruelles.

Retour en bus à l'hôtel.

Nuit à l'hôtel **YATRI SUITE & SPA 4*** NL ou de même catégorie





JOUR 3 KATHMANDU *Altitude : 1400 m*

Petit déjeuner à votre hôtel

Visite de la ville de Kathmandu et en particulier de Durban Square dans le vieux Katmandu. Ici se concentrent temples et palais d'une prodigieuse richesse architecturale. S'y trouvent notamment l'ancien Palais Royal (règne du Roi Mahendra Malla 1560-1574) et un nombre impressionnant de temples consacrés à Shiva et Vishnu.

Visite de la maison de « Kumari » et promenade à travers le marché dans les ruelles étroites de Kathmandu.

Découverte du marché d'Asan Tole. C'est l'une des places de marché les plus anciennes et les plus célèbres de Katmandou. Les paysans des alentours viennent présenter leurs légumes et on y trouve également épices, poissons séchés, ustensiles de cuisine en cuivre, saris et d'autres produits de Népal.

Visite du temple bouddhiste de SWAYAMBHUNATH, l'un des stupas bouddhistes les plus connus au monde. Il aurait été construit, selon la légende, il y a plus de 2 000 ans. Il offre une magnifique vue panoramique sur la vallée.

Route pour Patan (ville en banlieu de Kathmandou – 25 min de route)

Déjeuner traditionnel dans un restaurant de Patan

Patan, la plus élégante ville de la vallée de Kathmandu, et qui est une ville surtout bouddhiste. Selon les légendes, la ville aurait été fondée par l'empereur bouddhiste Ashoka (268-233 av. J.-C.) et par sa fille Carumati. La légende dit qu'Ashoka aurait édifié un stupa au centre, et quatre autres stupas aux quatre coins de la ville. Cette ville d'art, située autour du parc Durban, est l'un des plus beaux exemples de la raffinée architecture Newari.

Visite de la grande place du Durban square de Patan. C'est une des merveilles de la vallée de Katmandou. Elle impressionne par la richesse des ses bâtiments et surprend par leur disparité architecturale. Autour de cette place on retrouve le palais royal avec ses nombreuses portes décorées de motifs religieux, et de nombreux temples dont les plus beaux sont, le temple de Krishna, la pagode de Vishnatha et le Bhimsen Mandir.

Dîner et Nuit à l'hôtel.





JOUR 4 **KATHMANDU - CHITWAN** *Altitude 415 m*
170 km - Temps de route : environ 06h00

Petit-déjeuner à votre hôtel.

Départ le matin pour le parc national de Chitwan.

Arrivée au lodge (**6h de route** avec arrêts photos possible)

Déjeuner au Lodge.

Chitwan est la plus ancienne réserve royale habitée par les tigres, les léopards, les crocodiles, environ 4000 rhinocéros et plus de 300 espèces d'oiseaux.

Dans l'après-midi, **safari 4x4 (6-8 personnes par véhicule) au milieu de toutes ses espèces.**

Dîner et nuit à l'hôtel **PARK SAFARI RESORT 3 * SUP NL** ou de même catégorie

JOUR 5 **LE PARC NATIONAL DE CHITWAN**

Petit déjeuner à l'hôtel

Journée entièrement consacrée à la visite du parc dans la jungle où vous pourrez observer les nombreuses espèces d'oiseaux.

Déjeuner.

Promenade en canoë sur la rivière (durée 45 minutes) où vous pourrez observer la baignade des éléphants et apercevoir des crocodiles.

Visite du village tharu et ses environs. Les Tharus constituent le groupe ethnique le plus nombreux du Terai. On estime la population tharu à 1,5 millions de personnes. Selon certains chercheurs, les Tharus seraient peut-être les premiers habitants du Népal. Les Tharus parlent une langue d'origine indo-européenne et sont organisés en castes. Leur religion est qualifiée de tribale de type animiste. Ils croient aux esprits de la nature, honorent de multiples divinités et vouent un culte aux ancêtres. Ils ont néanmoins adopté de nombreux rituels hindouistes. Ils sont surtout agriculteurs et pratiquent le petit élevage sédentaire. Très peu d'entre eux possèdent leur propre terre. Leur organisation sociale est patrilinéaire mais les femmes ont des droits de propriété et jouent un rôle important dans la communauté. Ils vivent dans des maisons fabriquées de bambou et de glaise avec toit en chaume.

SPECTACLE DE DANSE THARU à l'hôtel et dîner et nuit à l'hôtel.





JOUR 6 **CHITWAN – POKHARA** *Altitude 822m*
165 km - Temps de route : environ 07h00 (routes en constructions)

Petit déjeuner au lodge.

Départ très matinal pour Pokhara.

En cours de route vous admirerez depuis le lac, la magnifique vue sur Pokhara.

Déjeuner en cours de route

Découverte de la ville de POKHARA

Bien qu'il s'agisse de la 3^{ème} ville du pays en nombre d'habitants, Pokhara est beaucoup plus paisible que Katmandou. Elle est située au bord du magnifique lac Phewa, les hauts sommets en toile de fond. Au soleil levant, au couchant, la montagne se teinte de rose, offrant un des plus beaux spectacles que l'on puisse trouver au Népal.

La région de Pokhara est à l'origine, peuplée par **les Gurungs**.

Balade en bateau sur le lac Phewa, surplombée par le Mont Anapurna, appelée par les habitants de la région Fish Tail (Queue de poisson) ou Macchapuchare. Sur les berges vivent des pêcheurs qui parcourent le lac dans leur embarcation creusées dans un tronc d'arbre. Sur une île du lac se trouve le temple Varahi Bhagavati, dédié à la déesse Durga.

Visite d'un quartier (ancien camp de réfugiés) de tibétain de Tashi Ling, dont le nom signifie "l'endroit qui porte chance" en tibétain. La communauté de réfugiés tibétains vit à Pokhara depuis 1959 et font partie importante de la population multiculturelle du Népal. Situé à 10 minutes de Pokhara, vous pourrez vous immerger dans la culture tibétaine et rencontrer un peuple chaleureux. Ils vous accueilleront chez eux et vous pourrez partager avec eux pour quelques temps leur vie, leur culture.

Vous y ferez également la découverte de leur artisanat dont leur petite fabrique de tapis qui sont confectionnés selon les techniques traditionnelles des hauts plateaux du Tibet.

Dégustation de thé tibétain (sale avec du beurre de yak) et des momos (dim-sums/ raviolis chinois).

Dîner et nuit à l'hôtel POKHARA GRANDE 4* NL ou de même catégorie





JOUR 7 POKHARA

Petit déjeuner à l'hôtel.

Tôt le matin, petite randonnée de 45 minutes environ pour apercevoir la vue sur Sarangkot. C'est l'endroit le plus connu à Pokhara. Situé à 1 562 m d'altitude, Sarangkot offre une magnifique vue de Mr Macchapuchare et le massif d'Annapurna.

Possibilité d'avoir également une bonne vue sur la vallée de Pokhara.

Retour sur Pokhara.

Visite de la vieille ville de Pokhara ainsi que le temple de Bindabasini et le village Gurung.

La ville s'est développée autour du vieux bazar, pittoresque et coloré. Les maisons newares à trois étages, avec leurs volets ajourés, remontent au XVIIIe siècle.

Rencontre avec les enfants d'une école locale (sous réserve des jours d'ouverture de l'école – peut aussi avoir lieu à Katmandou)

Déjeuner.

Dans l'après-midi, randonnée de 3h environ vers le village gurung de naudanda : Les Gurung étaient les premiers habitants de la vallée. C'étaient à l'origine des éleveurs de chèvres et de moutons. Les Gurung, dans les villages ont encore chacun une douzaine de chèvres ou de moutons.

Si vous le souhaitez, le départ peut se faire en bus et le retour à pied, le trek en descente sera seulement de 1h (au lieu de 3h de trek).

Pour ceux qui ne souhaitent pas faire le trek, temps libre à l'hôtel et possibilité de faire un massage en option sur place à l'hôtel

Dîner et nuit à l'hôtel.

JOUR 8 POKHARA - KATHMANDOU – DHULIKEL *Altitude 1490 m*

210 km Temps de route: environ 08H00

Petit-déjeuner à l'hôtel

En route arrêt à **Kiritipur**. Visite de la ville la ville endormie avec ses allures de grandeur fanée, grâce aux impressionnants temples médiévaux disséminés dans ses ruelles et où la plupart des habitants sont soit des tisserands soit des agriculteurs.

Route pour Dhulikel en passant par Kathmandou

Déjeuner à Manokamana

Route vers les montagnes de l'Himalaya pour se rendre au village de Dhulikhel, situé à 30 km de Katmandou. Ce village situé à la frontière chinoise offre une vue panoramique du côté nord-ouest de l'Himalaya et de la vallée de Panchkhal, dominée par les cultures en terrasse pratiquées dans la région.

Dîner et nuit à **L'HOTEL HIMALAYA DRISHYA RESORT 3* NL** ou de même catégorie.





JOUR 9 **DHULIKEL/ BALTHALI** *Altitude 1800 m*
20 KM Temps de route: 1H30

Réveil matinal pour assister au lever du soleil sur la chaîne Himalaya.

Départ pour une incroyable promenade (2 heures maximum, de marche très facile) : de partout vous bénéficiez de vues exceptionnelles sur la Chaîne de l'Himalaya

De là vous disposerez de magnifiques points de vue pour admirer le lever ou le coucher du soleil. Vous pourrez également apercevoir les Langtang et Makalu, parmi les plus hauts sommets de l'Himalaya

Petit-déjeuner à l'hôtel.

Route pour Patelekeh pour le centre de recherche agricole Hasera. HASERA est un centre de recherche et de formation dédié à la promotion de l'agriculture durable/biologique, du développement durable et de la permaculture (SSP) au Népal. HASERA signifie Hariyo, Seto, Rato (vert, blanc et rouge) symbolisant les produits végétaux, les produits laitiers et les produits carnés. HASERA a été créé en tant qu'institution en 1990, mais ce n'est que le 1er mai 2007 que les activités dans la ferme et dans le centre de recherche ont vraiment commencé à se construire.

<https://organichasera.org/>

Vous prendrez une tasse de thé au centre.

Déjeuner végétarien au centre

Route vers Namobuddha

Découverte à pied du monastère de Namobuddha est le sommet d'une belle colline qui est très populaire pour les pèlerinages bouddhistes. Ce fut le lieu où le Seigneur Bouddha a coupé sa propre chaire pour nourrir une tigresse affamée. Le Stupa, les monastères et les sanctuaires construits dans cette belle petite colline sont de toute beauté.

Continuation pour Bathali

Dîner et nuit à l'hôtel **BALTHALI VILLAGE RESORT 3*** NL ou même catégorie





JOUR 10 BALTHALI - KATHMANDOU

32 KM Temps de route: 1H30 environ

Petit-déjeuner à l'hôtel.

RANDONNEE (2 heures) CONSACREE A LA DECOUVERTE DE BALTHALI et ses environs. Situé à la jonction de la rivière Roshi et de la rivière Ladhku, c'est un endroit idéal pour se promener en douceur au milieu des rizières en terrasses et des fermes au toit de chaume. La région de Balthali est couverte de diverses flores, d'une forêt de rhododendrons colorée avec des magnolias et des arbres Sal. Ce village "hors des sentiers battus" a des épreuves sans fin menant à des colonies de tribus ethniques offrant d'excellentes randonnées courtes et du vélo de montagne sur les épreuves faciles. Vous pourrez découvrir la culture, le mode de vie et les habitants du village.

Possibilité de réduire à 1 heure selon les envies du groupe

Route vers Panauti

Visite Panauti

Panauti est un grosbourg médiéval newar avec de superbes temples hindous, surtout le temple d'Inderswar Mahadev avec ses étais sculptés au 15^{ème} siècle et le Brahmayani Mandir.

Déjeuner chez l'habitant. Autour d'un repas simple, vous découvrirez leurs habitudes et leur habitat.

Sur la route, visite de Bhaktapur (Bhadgaon) où de gigantesques travaux de restauration des temples et palais ont été mis en place par l'UNESCO. Le temple le plus connu étant le temple Dattetreya et la pagode de Nyatapole constituée de 5 étages.

Visite d'une école de peinture Thangka (peinture typique bouddhistes).

Arrivée à **Kathmandu**,

Dîner d'adieu avec spectacle de danses népalaises.

Nuit à l'hôtel **YATRI SUITE & SPA 4* NL** ou de même catégorie

JOUR 11 KATHMANDOU → DOHA → PARIS

Temps de vol : 16H25

Petit déjeuner à l'hôtel.

Visite du monastère de Kopan.

(Si Khopon est fermé, on visitera le **WHITE MONASTRY**)

Départ pour la visite de monastère de Kopan : il a été construit en 1969 par le Lama Zopa Rinpoche et le Lama Yeshe après leur fuite du Tibet, non loin du temple de Bouddhanath. Situé au sommet d'une colline surplombant Katmandou, le site de Kopan est très connu des moines de la région. Vous pourrez visiter les salles de méditation, effectuer une promenade rituelle autour des stupas, vous détendre dans les jardins luxuriants et profiter des vues sur la vallée de Katmandou dans ce monastère bouddhiste tibétain.





Visite du temple Budhanilkantha : Plus large statue de pierre du Népal, longue de 5 mètres, Budhanilkantha représente Vishnu endormi flottant sur un lit de serpents au centre d'un grand bassin d'eau représentant l'océan cosmique. La sculpture superbement préservée est constituée de pierre noire et est estimée à 1.500 ans. Le site sacré est populaire auprès des hindous pour pratiquer puja, un rituel de prières pour vénérer les dieux.

Déjeuner au restaurant.

Après-midi **la visite de bodnath, un gigantesque stupa**, entouré de 4 paires d'yeux. Ce stûpa du XIVe siècle, serait l'un des plus grands au monde. L'origine du stupa est pré-bouddhique. Il s'agit d'un tumulus ou montagne funéraire en forme de dôme contenant les restes d'un défunt. Nous sommes ici dans le quartier tibétain de la ville. L'afflux de nombreux réfugiés tibétains de Chine à Bodnath (plus de 10 000 personnes depuis la fuite du Dalai lama en 1959) a entraîné la construction d'une cinquantaine de gompas (monastères). Ils témoignent de l'importance religieuse de ce site, étroitement lié à la fondation de Lhassa. En effet, il se trouve sur l'ancienne route commerciale reliant cette ville à la vallée de Katmandou.

Visite du temple hindou Pasupatinat et rencontre avec des « sadhus » hindous près du temple Le temple de Pashupatinath est l'un des temples hindous les plus sacrés du Népal. Le temple et ses alentours font partie de la **liste du patrimoine mondial de UNESCO** depuis 1979, réuni avec six autres ensembles de monuments sous l'appellation « vallée de Katmandou ». Le temple est situé sur les berges de la **rivière sacrée Bagmati** où l'on y pratique quotidiennement des crémations selon le rite hindou.

En fin de journée VOUS ASSISTEREZ CEREMONIE D'AARTI (si le temps le permet) L'Aarti est un rituel hindou dans lequel la lumière de mèches imbibées de ghī ou de camphre est offerte à une ou plusieurs déités

Dîner dans un restaurant local

Retour à Katmandou et transfert à l'aéroport.

Assistance aux formalités d'enregistrement, puis envol à destination de **Paris sur vols réguliers Qatar Airways via Doha**

Repas et nuit à bord.

JOUR 12 ➔ **PARIS**

Prestations à bord.

Arrivée à **Paris**.

***N.B. :** L'ordre des visites pourra être modifié selon les impératifs locaux.*





NEPAL

« Beauté Lointaine »

12 jours / 9 nuits

PERIODE DE REALISATION : DU 5 AU 16 MARS 2025

BASE DE REALISATION : Base 25 participants minimum / 32 maximum

Les horaires de vols à ce jour

QATAR AIRWAYS

PARIS CDG – DOHA
DOHA- KATHMANDU

15H15 -23H45
02H00 – 09H00

KATHMANDU – DOHA
DOHA – PARIS CDG

02H15 –05H05
08H10-13H15





FORMALITÉS ET VACCINATIONS POUR LES RESSORTISSANTS FRANÇAIS

Les ressortissants français et de la communauté européennes ont besoin d'un visa délivré sur place pour se rendre au Népal.

Un passeport valable 6 mois après le retour et une page entièrement vierge sont obligatoires pour séjourner au Népal.

Santé : Aucun vaccin n'est obligatoire pour se rendre sur le territoire népalais, sauf celui de la fièvre jaune pour les personnes ayant séjourné dans un pays infecté.

Pour des raisons sanitaires, il est préférable de consommer des aliments cuits et des boissons en bouteilles capsulées. Il est également judicieux de prévoir de la lotion anti-moustiques, ainsi qu'un éventuel traitement antipaludéen pour la région du Terai

Conseil utile : avant votre départ, faites scanner vos documents (passeports, n° traveller's, chèques...) et envoyez-les sur votre e-mail. En cas de problème (perte, vol...), vous pourrez les imprimer de n'importe quel cybercafé dans le monde.

Pour plus d'information consulter le site : <http://www.pasteur.fr/ip/easysite/pasteur/fr>

