

## **NÉPAL - Randonnées autour de Machhapuchre en famille**

### **15 jours - code voyage : NP004**

A deux pas des massifs des Annapurnas et du Dhaulagiri, et à un battement d'aile du magnifique sommet sacré du Machhapuchre, que nous ne quittons pas des yeux durant tout notre voyage, cet itinéraire exclusif nous permet non seulement de passer du monde des collines, avec ses villages multi-ethniques (Gurungs, Magars, Brahmanes, Chhetris?) et ses cultures en terrasse, à l'immensité verticale des hautes montagnes, mais aussi de découvrir un Népal authentique, de faire des randonnées sur des sentiers empruntés uniquement par les Népalais, loin des lodges et autres buvettes coca-cola.

### **Les points forts :**

Un voyage randonnée exclusif, totalement hors des sentiers battus ; les villages authentiques ; les paysages magnifiques et variés, avec une vue splendide sur le sommet sacré du Machhapuchre tout au long de l'itinéraire.

#### **Aéroport le plus proche**

Tribhuvan (Kathmandu)

#### **Rendez-vous**

Aéroport de Kathmandu (pour les voyageurs n'ayant pas réservés leurs vols avec nous)

Heure : 07h 00

#### **du jour 1 - matin**

#### **au jour 2 - soir**

Vol aller Paris ? Kathmandu

Arrivée à Kathmandu, accueil à l'aéroport et transfert à notre hôtel.

Hébergement : hôtel

#### **du jour 3 - matin**

#### **au jour 3 - soir**

Journée libre à Kathmandu

Hébergement : hôtel

#### **du jour 4 - matin**

#### **au jour 4 - soir**

Kathmandu ? Pokhara (800 m)

Tôt le matin, départ en bus pour Pokhara. Installation à notre hôtel à Pokhara, puis randonnée sur les bords du lac

Heures de route : 7h

Hébergement : hôtel

#### **du jour 5 - matin**

#### **au jour 5 - soir**

Pokhara ? Ghachok (1 250 m)

Transfert par minibus jusqu'à Hyangia et rencontre avec l'équipe des sherpas et porteurs qui nous accompagneront pendant 6 jours. Randonnée jusqu'à Ghachok, où nous visiterons l'école et établirons notre premier campement.

Heures de randonnée : 2h

Hébergement : campement

#### **du jour 6 - matin**

#### **au jour 6 - soir**

Ghachok ? Hile (2 110m)

Randonnée le matin : montée en direction du nord, à flanc de montagne, par un chemin, parfois aménagé en grand escalier de pierres. Nous traverserons quelques petits villages gurung. L'après-midi, marche dans la forêt tropicale, domaine des orchidées. Installation du campement dans une vaste clairière.

Heures de randonnée : 5h

Hébergement : campement

#### **du jour 7 - matin**

#### **au jour 7 - soir**

Hile ? Khomein (3 200 m)

Magnifique randonnée qui offre des vues imprenables sur les Annapurnas. Nous atteignons l'altitude préférée des rhododendrons, fleur emblème du Népal. Campement juste au dessus de la forêt.

Heures de randonnée : 6h

Hébergement : campement

#### **du jour 8 - matin**

#### **au jour 8 - soir**

Khomein ? Korchon peak ? Camp de crête (3 800 m)

Randonnée le matin jusqu'au sommet du Korchon Peak (3 680 m). Après avoir admiré le somptueux paysage qui se déroule sur 360°, des basses collines au sud, à la barrière des Annapurnas au nord, il nous rest

era une demi-heure de marche pour atteindre le campement situé sur une crête.

Heures de randonnée : 3h

Hébergement : campement

### **du jour 9 - matin**

### **au jour 9 - soir**

Camp de crête ? Camp de base du Mardi Himal (4 200 m) ? Camp de crête (3 800 m)

Randonnée avec une montée progressive en direction du camp de base du Mardi Himal. Nous laissons derrière nous les derniers petits rhododendrons et évoluons dans un paysage de haute montagne avec en toile de fond, le magnifique Macchapuchre. Re-descente par le même chemin.

Heures de randonnée : 4h

Hébergement : campement

### **du jour 10 - matin**

### **au jour 10 - soir**

Camp de crête ? Korchon peak ? Tagro (1 800 m)

Longue mais très belle descente. Notre randonnée emprunte un sentier qui plonge vers l'ouest du Korchon Peak, d'abord sur terrain chauve, puis dans des herbes sèches et enfin dans la forêt de rhododendrons. La descente offre une vue splendide sur l'Annapurna sud. Campement sur des terrasses au-dessus de Tagro, très beau village, peuplé de Gurung, l'ethnie d'origine tibétaine, majoritaire dans cette région.

Heures de randonnée : 6h

Hébergement : campement

### **du jour 11 - matin**

### **au jour 11 - soir**

Tagro ? vallée de la Mardi Khola ? Pokhara (800 m)

Randonnée de courte étape jusqu'à la rivière Mardi, en compagnie des nombreux enfants qui descendent de leur village pour se rendre à l'école. Retour à Pokhara en jeep. Campement au bord du lac. Soirée de fin de randonnée avec l'équipe des sherpas et des porteurs.

Heures de randonnée : 4h

Hébergement : campement

### **du jour 12 - matin**

### **au jour 12 - soir**

Pokhara ? Kathmandu

Transfert à l'aéroport de Pokhara pour un retour à Kathmandu en avion. Installation à notre hôtel. Après-midi libre.

Hébergement : hôtel

### **du jour 13 - matin**

### **au jour 13 - soir**

Journée libre à Kathmandu.

Hébergement : hôtel

### **du jour 14 - matin**

### **au jour 15 - matin**

Vol retour Kathmandu ? Paris

Journée libre à Kathmandu, puis dans l'après-midi, transfert à l'aéroport pour notre vol retour vers la France.

### **Dispersion**

Aéroport de Kathmandu (pour les voyageurs n'ayant pas réservés leurs vols avec nous)

Heure : 16h 00

### **Aéroport le plus proche**

Tribhuvan (Kathmandu)

Pour des raisons météorologiques, d'organisation, de cas de force majeure ou pour votre sécurité, ce programme peut être modifié sur place. Dans ce cas, nos accompagnateurs proposeront toujours une solution de remplacement.

# Formalités Népal

Les informations mentionnées ne sont données qu'à titre indicatif et peuvent être sujettes à modification par les autorités concernées. Wavao vous conseille de les vérifier dès votre inscription.

## Passeport

**Le passeport en cours de validité est exigé.** Il doit être valable 6 mois après la date de retour. Pour les ressortissants français, un VISA est nécessaire. Il faudra fournir une photo d'identité ainsi qu'un Formulaire de demande de visa complété, daté et signé. Les délais d'obtention sont d'environ 4 jours.

Pour toute information complémentaire :

Ambassade du Népal  
45 bis, rue de acacias  
75017 PARIS  
Tél : 01 46 22 48 67

Pour les mineurs : les enfants doivent posséder un passeport individuel. Ils ne peuvent plus être inscrits sur le passeport de leurs parents, sauf si le passeport a été émis avant 12 juin 2006 et que l'enfant est mineur de moins de 15 ans. Pour les enfants voyageant sans leurs parents, ou ne portant pas le même nom que leurs parents, ils doivent être munis d'une autorisation de sortie du territoire.

**Un conseil important :** nous vous recommandons de photocopier tous vos documents officiels y compris votre billet d'avion et de les séparer de vos documents originaux. Vous pouvez aussi les scanner et vous les envoyez sur votre adresse e-mail.

## Vaccinations

Aucune vaccination n'est obligatoire par les autorités pour les voyageurs en provenance d'Europe. Nous vous recommandons d'être à jour dans vos vaccinations : tétanos, polio, diphtérie, hépatite B. Vaccins contre la fièvre typhoïde, la rage, les méningites A et C et l'hépatite A sont recommandés.

## Information complémentaires

# Climat Népal

Climat du Népal: On peut distinguer 3 types de climats au Népal: tropical dans le sud, tempéré dans les vallées et froid en montagne.

La saison des pluies, la mousson, s'étale de juin à septembre avec de fortes pluies violentes et abondantes.

Les températures sont élevées l'été et les sommets sont sous les nuages.

Les vallées intérieures et le nord-ouest du pays sont moins soumis à la mousson.

La saison sèche s'étale d'octobre à mars. Les journées sont ensoleillées et sèches avec des vents parfois violents sur les sommets.

En Himalaya, les hivers sont froids et les étés assez frais.

## Katmandou

mois	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Temp min °C	4	6	10	13	17	20	21	21	19	15	9	5
Temp max °C	15	17	21	25	26	26	26	26	25	23	20	16
Précipitation (mm)	10	10	30	30	100	200	370	320	180	50	0	10

## Le matériel

Pour ce voyage, vous avez besoin d'un duvet, prévoyez un duvet tenant des températures correspondant au climat et à la période du pays dans lequel vous voyagez (exemple : je pars dans le désert marocain en bivouac au mois de janvier, les températures descendent la nuit en dessous de 0°C, je prévois un duvet allant jusqu'à des températures de -5°C). Pour plus de confort, nous vous recommandons de prendre un drap de sac en coton. En bivouac, tout le matériel collectif est fourni (tentes, matelas, ustensiles de cuisine... etc.)

## Les chaussures

Pour les randonnées, nous conseillons des chaussures adaptées aux lieux traversés. Dans le désert, des chaussures de randonnée basses ou des sandales de marche sont suffisantes. En montagne, des chaussures de randonnée hautes avec des tiges renforcées sont recommandées. Pour les autres activités, nous conseillons d'emporter dans vos bagages la paire de basket que vous avez l'habitude d'utiliser régulièrement pour être le plus confortable possible.

## Les Vêtements

Nous conseillons de prendre des tenues type sportswear (décontractées). Pour le reste, n'oubliez pas l'essentiel : chaussettes, pantalons de toile, bermudas, maillot de bain (indispensables pour les baignades), chemises, tee-shirts, veste polaire, coupe-vent, lunettes de protection solaire (catégorie 3 minimum), chapeau ou casquette. Pour les voyages en altitude ou en hiver, pensez à prendre également des vêtements chauds : anorak ou veste chaude, bonnet, gants.

## **À prévoir également**

Une trousse et une serviette de toilette, une pharmacie personnelle, de la crème et stick de protection solaire, une lampe frontale avec piles et ampoules de rechange, une gourde (1 litre minimum), du micro-pure, des boules Quiés, un couteau de poche, du papier hygiénique, un briquet, des calinettes.

## **Les bagages**

Nous recommandons de prendre deux sacs de voyages. Un gros sac souple, type sac à dos ou sac de sport de 15 kg maximum (70 à 80 litres) pour toutes vos affaires. Et un petit sac à dos de 30 litres pour porter vos affaires du jour (gourdes, lunettes, appareil photos...). Pas de valises, uniquement des sacs souples !

## **Conseils pratiques**

Partir en bonne santé est un élément important pour la réussite du voyage. Notamment, l'ennui dentaire peut venir tout gâcher. Il est toujours plus sage d'effectuer une visite de contrôle avant le départ. Côté vaccins, nous conseillons de bien vérifier auprès d'un médecin les principaux (tétanos, diphtérie, poliomyélite, typhoïde). Nous conseillons également le vaccin contre les hépatites A et B. Enfin, en cas de besoin, pour le traitement antipaludéen, n'hésitez pas à consulter un service médical spécialisé.

## **Sur place**

Les accompagnateurs disposent toujours d'une pharmacie de première urgence. Nous recommandons cependant de partir avec sa propre pharmacie composée pour l'essentiel de : aspirine, élastoplast, désinfectant, antiseptique intestinal et anti-diarrhéique, petits ciseaux, anti-moustiques, micro-pure.

## **La monnaie**

La plus facile à changer reste le dollar US, même si dans la plupart des pays, on peut aussi changer des euros. Les cartes de crédit ne sont pas encore acceptées partout dans le monde. Il est toujours possible de procéder au change à l'aéroport ou dans les hôtels. La monnaie locale est toujours utile pour payer quelques dépenses sur place (repas, activités facultatives, souvenirs, eau et boissons... etc.)

## **Rappel de quelques règles pratiques**

Suivre et respecter les consignes données par les accompagnateurs, respecter les us et coutumes locales du pays visité, garder une photocopie des 4 premières pages du passeport, des visas et des billets d'avion en plus des originaux, constituer une caisse commune avec les autres participants pour payer les boissons et les éventuelles autres dépenses communes, constituer une enveloppe pour les accompagnateurs et leur équipe locale est une tr

adition (mais en aucun cas obligatoire).

**La réussite de votre voyage est un mélange de simplicité, de détente, de solidarité, de convivialité, de découverte, de partage, et de respect.**

## **Le prix comprend :**

### **si vous réservez les vols avec Wavao**

le départ garanti à 2 participants, l'accompagnateur local francophone, les vols internationaux au départ de Paris, les taxes aériennes, l'accueil et l'assistance sur place, les transferts, la logistique et les transports sur place, le transport des bagages, les petits déjeuners, les déjeuners (attention : nos formules de voyages nous amènent très souvent à faire des pique-niques à midi), les dîners (repas chauds le soir), les entrées dans les sites visités et autres activités, les hébergements, les frais de dossier.

### **si vous ne réservez pas les vols avec Wavao**

le départ garanti à 2 participants, l'accompagnateur local francophone, l'assistance sur place, les transferts, la logistique et les transports sur place (hors transferts jusqu'aux lieux de rendez-vous et de dispersion sur place), le transport des bagages, les petits déjeuners, les déjeuners (attention : nos formules de voyages nous amènent très souvent à faire des pique-niques à midi), les dîners (repas chauds le soir), les entrées dans les sites visités et autres activités, les hébergements, les frais de dossier.

**Attention : tous nos départs sont garantis à partir de 2 participants !**

## **Le prix ne comprend pas :**

### **si vous réservez les vols avec Wavao**

les formalités, les frais de visas et autres taxes d'entrée et de sortie de territoire (sauf si mentionnés dans les points forts), les repas libres mentionnés dans le programme, les entrées, visites et autres activités payantes mentionnées dans le programme, l'assurance multi-risques facultative, les boissons, les pourboires (sauf si mentionnés dans les points forts), les dépenses et achats personnels, les surcharges carburant imposées par les compagnies aériennes.

### **si vous ne réservez pas les vols avec Wavao**

les vols internationaux, les formalités, les frais de visas et autres taxes d'entrée et de sortie de territoire (sauf si mentionnés dans les points forts), l'accueil et les transferts jusqu'aux lieux de rendez-vous et de dispersion sur place (sauf si mentionnés dans les points forts), les repas libres mentionnés dans le programme, les entrées, visites et autres activités payantes mentionnées dans le programme, l'assurance multi-risques facultative, les boissons, les pourboires (sauf si mentionnés dans les points forts), les dépenses et achats personnels.