



L'essentiel du Bhoutan (THBO1)

Bhoutan - Asie du Sud

13 jours

Prix à partir de 3800.00 EUR p.p.

Niveau

Type	Liberté avec guide
Specialiste de la destination	Olivier Delmée
Age minimum	18 ans
Hébergement	Farmhouse Hôtel
Groupe	de 2 à 10 personnes
Repas	Pension complète lors du circuit
Encadrement	Guide local anglophone
Vol	Bruxelles, Paris, Province ou autres



Les points forts de ce voyage

- le circuit le plus complet en 8 jours sur le Bhoutan
- la visite de Kathmandou au Népal

Votre voyage

Le Bhoutan est un minuscule pays encaissé au cœur du massif himalayen. Monastères en chapelets et terres de haute montagne font du royaume du Bhoutan un lieu privilégié pour la randonnée, de la plus facile au plus engagé.

Le Bhoutan est un minuscule pays encaissé entre l'Inde et le Tibet, au cœur du massif himalayen. Monastères en chapelets, témoins de sa culture bouddhiste, et terres de haute montagne dépassant les 7000 mètres font du royaume du Bhoutan un lieu privilégié pour la randonnée et le trekking, de la plus facile au plus engagé. Un voyage au Bhoutan, outre une plongée dans une culture à la spiritualité omniprésente, est une invitation à un cheminement autant physique qu'intérieur ; très certainement une randonnée au long cours. Si le Bhoutan est le pays qui a inventé l'indice de "bonheur national brut", délicat comptage basé sur la notion de développement durable, nul doute qu'après un voyage à la rencontre de ses trésors, le vôtre aura sensiblement augmenté;

JOUR 1 Arrivée à Katmandou.

Votre chauffeur vous accueille à l'aéroport et vous conduit à votre hôtel. Nuit à l'hôtel / Yatri

JOUR 2 ARRIVÉE À PARO ET TRANSFERT À THIMPHU.

Bienvenue au Bhoutan et votre premier jour dans le pays magique du Dragon Tonnerre! À votre arrivée à l'aéroport international de Paro, vous êtes accueilli par l'un de nos guides et conduit à Thimphu. Installation à votre hôtel. En fonction de l'heure d'arrivée, explorez la ville de Thimphu.

Nuit à l'hôtel / Tashi Yoedling

JOUR 3 TOUR DE THIMPHU

Nous commençons notre visite à Motithang Takin Reserve, berceau de l'animal national du Bhoutan, le takin. Nous nous dirigerons ensuite vers le point de vue du Bouddha, où se trouve la statue de Bouddha Dordenma. Cette statue de bronze de 50 mètres de haut peut être vue d'à peu près n'importe où dans Thimphu. L'une des plus grandes statues du monde représentant un Bouddha assis, c'est l'endroit idéal pour profiter de superbes vues panoramiques de la ville. Le Centenary Farmers Market est le lieu de rassemblement de la plupart des habitants au bord de la rivière chaque week-end. Les villageois de la vallée voisine viennent ici pour vendre des produits agricoles et de l'artisanat. Nous visitons le musée national du patrimoine folklorique, dédié à relier le Bhoutan à son passé avec des expositions, des démonstrations et des artefacts. Au Musée national du textile, vous découvrirez l'art du tissage. Le tissage bhoutanais est considéré comme une forme d'art vivant et les méthodes de tissage traditionnelles sont préservées par le gouvernement royal. Le monument commémoratif national Chorten a été construit en 1974 pour rendre hommage au défunt roi Jigme Dorji Wangchuck. À la fabrique de papier artisanal Jungshi, vous serez témoin de l'art de la fabrication du papier. Des artisans démontrent comment le papier Deh-sho est fabriqué à partir de l'écorce de deux espèces d'arbres locales. En dehors de Thimphu se trouve Simtokha Dzong, la plus ancienne forteresse du Bhoutan. La légende dit qu'il a été construit pour emprisonner un démon terrorisant la région. Première forteresse de ce type, elle présente de magnifiques peintures et gravures bouddhistes. Thimphu Tashichho Dzong, une forteresse traditionnelle et un monastère bouddhiste, est la plus grande de la ville.

Nuit à l'hôtel / Tashi Yoedling

JOUR 4 THIMPHU À PUNAKHA

3h de route

Aujourd'hui, votre chauffeur vous emmène à Punakha, à environ 75 kilomètre. En route, visite du col de Dochula et en arrivant à Punakha, vous visitez Chimi Lakhang et Punakha Dzong. Le col de Dochula offre une magnifique vue panoramique à 360 degrés sur la chaîne de montagnes de l'Himalaya, en particulier par temps clair d'hiver. Le majestueux Punakha Dzong, également appelé «le palais du plus grand bonheur», est le deuxième plus grand dzong du Bhoutan. Construit en 1673, le Punakha dzong était le centre administratif et le siège du gouvernement du Bhoutan jusqu'en 1955, date à laquelle la capitale fut transférée à Thimphu. Arrivé au homestay, vous pouvez participer aux tâches quotidiennes de la famille locale, comme la cuisine, la cueillette de légumes.

Nuit en farmhouse



Thematika

Bohey, 25
L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) +352 20 33 12 25

THEMATIKA
Voyagez comme vous aimez.

Jour 5 PUNAKHA.

Après le petit-déjeuner et accompagné de votre guide, vous marchez pendant environ une heure pour Khamsum Yulley Namgyal Chorten, un bel exemple de l'architecture et des traditions artistiques bhoutanaises. Construit sur une magnifique crête au-dessus de la vallée de Punakha, ce temple de quatre étages a été dédié au bien-être du royaume, de ses habitants et de tous les êtres sensibles. Le Chorten a été construit pour éliminer les forces négatives et promouvoir la paix, la stabilité et l'harmonie dans un monde en perpétuelle mutation.

Nuit à l'hôtel / Lobesa

Jour 6 PUNAKHA - GANGTEY

4h de route.

Après un petit-déjeuner tôt le matin, nous commençons notre route vers Gangtey, un bel endroit situé à 3000 m d'altitude. De Gangtey, on peut voir de près les pittoresques chaînes de montagnes noires ainsi que la belle vallée de Phobjikha, qui est l'une des plus grandes et des plus belles du pays. La vallée de Phobjika est une vaste vallée glaciaire en forme de U, également connue sous le nom de vallée de Gangtey, du nom de l'impressionnant monastère de Gangteng. Elle est réputée pour sa splendeur pittoresque et son originalité culturelle. Nuit en farmhouse

Jour 7 GANGTEY

Après le petit-déjeuner, faites une courte randonnée autour du plus beau et du plus petit des sentiers naturels du Bhoutan. La randonnée commence du mur de pierre de Mani au nord de la Gangtey Gonpa et se termine à Khewa Lhakhang en passant par des forêts de pins et de petits bambous. Vous êtes récompensé par une belle vue sur la vallée de Phobjikha. Le centre d'information sur la grue à cou noir de la Société royale du Bhoutan pour la protection de la nature (RSPN), situé dans la vallée de Phobjikha, offre aux visiteurs l'occasion de se familiariser avec ces oiseaux rares. Le centre présente des expositions sur les oiseaux, leurs voies de migration et leur comportement, ainsi que sur l'écologie de la vallée dans son ensemble. Dans la salle d'observation, les visiteurs peuvent utiliser des télescopes très puissants pour observer les oiseaux. Nuit en farmhouse.

Jour 8 GANGTEY - PARO

6h de route

Après le petit-déjeuner, retour à Paro en voiture. Paro Dzong, également connu sous le nom de Ringpung Dzong, signifie «forteresse sur un tas de bijoux». Ce dzong impressionnant est le plus bel exemple d'architecture bhoutanaise et l'un des dzongs les plus populaires et les plus connus du Bhoutan. Paro abrite également le musée national. Le musée est situé à Paro Ta Dzong, une ancienne tour de guet qui abrite aujourd'hui des centaines d'objets et d'oeuvres d'art d'origine bhoutanaise, notamment des costumes traditionnels, des armures, des armes et des outils artisanaux pour la vie quotidienne. La collection du Musée national conserve un aperçu des riches traditions culturelles du pays. Nuit à l'hôtel / Rema Resort Jour 8

Randonnée à Taksang Aujourd'hui, accompagné de votre guide, vous marchez jusqu'au monastère de Taksang avant de visiter Kyichu Lhakhang. La durée totale est d'environ quatre heures et demie. Perché sur le flanc d'une falaise verticale à 3 000 m d'altitude au nord de Paro, le magnifique monastère de Taksang, également appelé «nid du tigre», est le symbole le plus célèbre et non officiel du Bhoutan. Une heure de marche jusqu'à une petite maison de thé en bois appelée Cafeteria offre une vue rapprochée du monastère. Une autre randonnée plutôt difficile vous mènera au glorieux monastère de Taksang. Paro Taksang est la plus connue des treize grottes dans lesquelles Guru Padmasambhava a médité. Situé à proximité de l'aéroport de Paro, le Kyichu Lhakhang est un important temple bouddhiste himalayen. Construit au 7ème siècle, il s'agit de l'un des plus anciens sites religieux du Bhoutan. Nuit à l'hôtel / Rema Resort

JOUR 9 VOL POUR KATHMANDU

Votre chauffeur vous dépose à l'aéroport pour votre vol vers Katmandou. A votre arrivée, vous vous installez à votre hôtel. Reste de la journée libre. Nuit à l'hôtel / Yatri

Jour 10 KATMANDOU

Visites des principaux sites de Katmandou. Swayambunath &monkey temple' perché sur une colline surplombant Katmandou et ses nombreux singes, Boddhanath et son atmosphère bouddhiste et tibétaine puis Pashupatinath, haut lieu de pèlerinage hindouiste où ont lieu les crémations. Diner d'au revoir.

Nuit à l'hôtel / Yatri

Jour 11 VOL RETOUR EUROPE

Transfert vers l'aéroport international 3h avant l'heure du décollage.



Thematika

Bohey, 25
L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) +352 20 33 12 25

THEMATIKA
Voyagez comme vous aimez.



Thematika

Bohey, 25
L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) +352 20 33 12 25

Dates et prix

■	Promotion	■	Départs complet	■	Départ assuré
Destination Thème Départ Retour Durée					

Info pays



Bhoutan

Le Bhoutan, dernier royaume himalayen Le Bhoutan est un petit pays d'Asie du Sud et du sous-continent indien, à la frontière de l'Inde et de la Chine (Tibet). Son nom signifie 'pays du dragon du tonnerre', symbolique reprise sur le drapeau national. Très montagneux, il se situe sur le flanc méridional de l'Himalaya, au sud-est de ce massif. La bordure sud du pays est constituée par la plaine du Gange et du Brahmapoutre (altitude minimale : 97 mètres), tandis que sa bordure nord est délimitée par la ligne de crête de l'Himalaya (altitude maximale : Kula Kangri, 7 554 mètres).

Formalités administratives

Bhoutan

Photos d'identité

Vous munir de 10 photos : 6 pour le permis de trek au Bhoutan, 2 pour les visas de transit aller et retour au Népal, 2 en réserve !

Formalités consulaires pour les ressortissants français, suisses ou belges :

- Un passeport valide 6 mois après la date présumée de votre retour.
- Népal : à votre arrivée à Kathmandu, sur présentation de votre billet Kathmandu-Paro, vous pourrez prendre un visa de transit, valable 2 jours pour un coût de 5 \$ (ou équivalent euros) chaque visa. Vous ferez de même au retour du Bhoutan.
- Bhoutan : le visa ne peut être délivré qu'à votre arrivée à Paro. Notre agence aura communiqué en temps utile aux autorités bhoutanaises les références de votre passeport. Pour cela, merci de nous envoyer une photocopie couleurs des 4 premières pages administratives du passeport dès votre inscription, ainsi qu'une photo d'identité. Ces documents peuvent nous être adressés par courriel à condition que vous les scanniez préalablement.

Le paiement des frais consulaires pour le visa, qui s'élèvent à 32 \$ américains (ou équivalent en euros), à votre charge, se fera directement à l'arrivée à Paro.

* Pour les autres nationalités, se renseigner auprès des autorités consulaires du Bhoutan dans votre pays.

Conseil(s) santé

Bhoutan

Aucun vaccin n'est obligatoire ; nous vous conseillons cependant d'être à jour de toutes vos vaccinations classiques (diphthérie, tétanos, typhoïde, poliomyélite, hépatites A et B).

Dentiste et médecin

Nous vous recommandons d'effectuer une visite de contrôle avant votre départ



Thematika

Bohey, 25
L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) +352 20 33 12 25

THEMATIKA
Voyagez comme vous aimez.

Infos pratiques

Votre budget

NOTE IMPORTANTE : Dans la rubrique 'Le Prix Comprend', le prix du vol (si applicable) est en général basé sur un départ de Paris. Un départ d'un autre aéroport (Bruxelles, Luxembourg, Genève, ...) peut être demandé mais est susceptible d'un éventuel supplément de prix. Lors de la réservation, ce supplément vous est communiqué.

Par ailleurs, les prix indiqués sur cette fiche technique sont donnés à titre indicatif. Des modifications peuvent intervenir (les augmentations des taxes aériennes, les surcharges carburant, l'évolution du coût des prestations terrestres, etc. peuvent être répercutées sur le prix du forfait).

De même, des suppléments liés aux variations des prix des billets d'avion et aux disponibilités dans la classe tarifaire prévue pour le voyage peuvent s'appliquer en fonction de la date d'inscription.

Dans tous les cas, vous en serez informé au plus tard lors de votre inscription. Après votre inscription, seules les modifications prévues par l'article R211-8 du code du tourisme peuvent s'appliquer.

Le prix comprend

- Les transferts aéroport-hôtel-aéroport
- Le séjour au Bhoutan en pension complète en hôtels
- Toutes les entrées des visites au Bhoutan
- Un guide anglophone au Bhoutan
- Tous les transferts terrestres
- Les visas d'entrée au Bhoutan
- Les vols Katmandou-Paro-Katmandou
- Un guide culturel francophone le jour 10 à Kathmandou
- 3 nuits à l'hôtel Yatri & Spa en B&B à Kathmandou

Le prix ne comprend pas

- Visa au Népal
- le vol international sur Kathmandou
- Les déjeuners et diners à Kathmandou
- Les entrées des sites visités à Kathmandou
- Dépenses personnelles
- Pourboires
- Assurances voyages

Vous préparer à partir

Préparation physique

Votre pharmacie individuelle

Celle-ci sera validée avec un médecin en tenant compte du terrain d'aventure et de l'éloignement propres à ce voyage. Elle contiendra en principal :

- Un antalgique.
- Un anti-inflammatoire (comprimés et gel).
- Un antibiotique à large spectre.
- Un antispasmodique, un antidiarrhéique, un antiseptique intestinal, un antivomitif.
- Des pansements et double peau, des compresses, de la bande adhésive, du Steristrip, du tulle gras.
- Un antiseptique.
- De la crème solaire et de la Biafine.
- Vos médicaments personnels.



Thematika

Bohey, 25
L-9647 DONCOLS

THEMATIKA
Voyagez comme vous aimez.

Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) +352 20 33 12 25

Equipement de base

L'ensemble de vos affaires est réparti entre deux sacs :

* un sac à dos porté pendant la marche d'environ 30-40 litres pour vos affaires de la journée (pull, t-shirt de rechange, gourde, lunettes, crème solaire, petit matériel, appareil photo...), qui sera aussi le sac que vous garderez avec vous dans l'avion

* un sac de voyage avec cadenas, souple et solide de 15 kg maximum, avec de préférence une fermeture éclaire latérale (accès plus facile qu'un sac marin). Pendant le voyage, il contiendra les affaires que vous n'utilisez pas dans la journée. Transporté à dos de mule ou de chameau ou sur le toit d'un 4x4, votre sac sera dans tous les cas sanglé, callé, soulevé et bâché un grand nombre de fois : évitez par conséquent les sacs rigides et les valises et préférez la solidité à l'esthétique.

> Vêtements de la tête aux pieds

- Une casquette, un chapeau, un bonnet ou un cheich (désert)
- Des lunettes de soleil (indice 3 minimum, 4 pour la haute montagne)
- Une cape de pluie (suivant la saison)
- Des sous-vêtements respirants (séchage rapide)
- Une veste imperméable et respirante type Goretex
- Des T-shirts
- Une paire de gants
- Des pantalons de trek détachables à mi-jambe
- Un collant thermique (suivant la saison)
- Un maillot de bain.
- Des vêtements de rechange.
- Des chaussettes de marche.
- Une paire de sandales.
- Une paire de chaussure (voir rubrique ci dessous)
- Une paire de lacets de rechange.

Nous vous recommandons la boutique Trek Aventure pour trouver le matériel idéal grâce à la marque MILO
www.trekaventure.com/trekking/page/le_catalogue_milo

> Matériel indispensable

- Une trousse de toilette et une serviette de bain.
- Une gourde (ou gourde poche à eau, pipette)
- Des serviettes humidifiées type lingettes.
- Du papier toilette.
- Un couteau de poche (en soute !).
- Quelques sachets plastiques pour protéger vos affaires.
- Une aiguille et du fil.
- des bâtons de marche.
- Couverture de survie (modèle renforcé).
- Briquet.
- Appareil photo.
- Livres de voyage.
- Lentilles jetables ou lunettes correctrices de secours.
- Une lampe frontale et ses piles.
- Un sac de linge sale pour séparer avec le linge propre.

> Pochette antivol et documents

- Passeport (ou carte d'identité).
- Visa selon le pays.
- Carnet de vaccinations et indications médicales.
- Devises, carte de crédit.
- Contrat d'assistance et d'assurance
- Papiers personnels.



Thematika

Bohey, 25
 L-9647 DONCOLS
 Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) +352 20 33 12 25

THEMATIKA
Voyagez comme vous aimez.

Nos astuces

1. En raison des retards de certains bagages, nous vous conseillons fortement d'emporter votre sac de couchage avec vous et le nécessaire pour pouvoir voyager les premiers jours, en bagage accompagné dans l'avion.
2. Laissez tout objet coupant (couteau, ciseaux, coupe-ongles, etc..) et briquet dans votre bagage destiné à la soute de l'avion car les contrôles de sécurité les interdisent à bord de l'avion.
3. La réussite de tout voyage est un délicat mélange de bonne humeur, de sentiments d'entraide, de convivialité, d'esprit de découverte, de bonne volonté, d'une participation aux tâches communes ainsi que le respect des traditions locales. Et n'oubliez pas des imprévus sont toujours possibles, dans ces moments adoptez la zen attitude : patience et tolérance.
4. Prenez une photocopie de votre passeport, de votre contrat d'assurance assistance et de votre billet d'avion en cas de perte des originaux.