



Paysages et minorités du Yunnan ^(THCH4)

Chine - Asie de l'Est

15 jours

Prix à partir de 2580.00 EUR p.p.

Niveau

Type	Accompagné
Specialiste de la destination	Olivier Delmée
Age minimum	18 ans
Hébergement	Hôtel
Groupe	de 2 à 6 personnes
Repas	Selon programme
Encadrement	Guide local francophone
Vol	Bruxelles, Paris, Province ou autres



Les points forts de ce voyage

- les rencontres des minorités du Yunnan
- hôtels et auberges de charme



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

Votre voyage

Ce voyage d'une durée de 13 jours sur place, soit 15 jours depuis l'Europe, est idéal pour une première visite du Yunnan. Nous le conseillons pour une première approche de la province.

Une diversité de paysages, de climats et d'ethnies ! Ce voyage d'une durée de 13 jours sur place, soit 15 jours depuis la France, est idéal pour une première visite du Yunnan. Nous le conseillons pour une première approche de la province.

La visite de certaines destinations pourra être approfondie, notamment la découverte des rizières et des marchés autour de Yuanyang où vous pourrez rajouter une journée. De même pour la région de Dali qui peut inclure une belle journée d'excursion vers Weishan et Weibaoshan. Ou encore la découverte de la région de Benzilan au Nord de Shangri La, pour ne citer que des excursions possibles pour une ou plusieurs journées supplémentaires.

Si le printemps et l'automne sont les meilleures périodes, ce programme peut se faire toute l'année. Il y aura quelques risques de pluie l'été, mais rien de bien gênant pour ce circuit. L'hiver sera un peu plus froid, notamment à Shangri La, mais nous veillerons à ce que l'hôtel soit bien chauffé !

Jour 1 : Vol pour le Yunnan

Vol au départ de l'Europe, direction la Chine et Kunming !

Jour 2 : Arrivée à Kunming ~ 1h de transfert. Altitude : 1800m

Arrivée à Kunming à 6h25. Accueil par votre guide francophone qui vous accompagnera sur l'intégralité du circuit. Transfert à votre hôtel situé dans un agréable quartier du centre de Kunming. Découverte de la ville de Kunming, avec notamment une balade dans le quartier du lac d'émeraude. Continuation à pied jusqu'au temple Yuantong. Balade dans l'ancien quartier du marché aux fleurs et aux oiseaux, découverte d'une pharmacie chinoise traditionnelle. Dîner d'accueil de spécialités du Yunnan.

Jour 3 : Kunming - Dali - Xizhou ~ 5h de route. Altitude : 1900m

Route matinale vers la vieille ville de Dali. Arrivée pour le déjeuner, puis une balade à travers ses ruelles. Découverte de l'agréable village de la minorité Bai de Zhoucheng, notamment spécialisé dans la production de batiks. Un petit marché s'y tient tous les après-midi. Continuation vers Xizhou. Installation au superbe et confortable hôtel de charme Linden Center 4*, construit dans une belle demeure traditionnelle Bai. Dîner pris à l'hôtel.

Jour 4 : Xizhou - Shaxi ~ 2h30 de route. Altitude : 2050m

Visite du marché du matin de Xizhou, à pied depuis votre hôtel. Route ensuite vers Shaxi. Déjeuner. Dans l'après-midi, découverte des Montagnes de Shibaoshan, superbe ensemble de sculptures bouddhistes gravées dans la roche et de temples très zen. Après la visite, descente possible à pied par un petit sentier menant jusqu'à la vieille ville de Shaxi, sinon en véhicule. Découverte de Shaxi, ancien grand centre d'échanges commerciaux sur la route des caravanes du thé et des chevaux. Hébergement au cœur de la vieille ville à l'hôtel de charme Aoding Courtyard 3*. Dîner.

Jour 5 : Shaxi - Gorges du Saut du Tigre - Shangri La ~ 4h de route. Altitude : 3200m

Découverte du vieux village de Shaxi. Route vers la région tibétaine de Shangri La. En chemin, arrêt aux gorges du saut du tigre, parmi les plus profondes au monde au milieu desquelles coule le fleuve Yangtsé, entre la montagne Haba (sommet à 5400m) et la montagne du dragon de jade (sommet à 5600m). Poursuite par une belle route de montagne vers Shangri La. A votre arrivée, installation dans une belle demeure tibétaine du centre de la vieille ville de Shangri La. Dîner de spécialités tibétaines.

Jour 6 : Shangri La

Journée de visites de Shangri La et sa région, à commencer par le superbe monastère tibétain de Songzanlin. Balade au marché local, puis à travers la vieille ville, notamment jusqu'au temple Bai Ji Si offrant de belles vues sur les environs de Shangri La et les montagnes Shika. Déjeuner. Dans l'après-midi, découverte à pied de la campagne tibétaine. Arrêt au hasard de la route et de vos rencontres chez une famille tibétaine, toujours accueillante, pour goûter au thé au beurre de Yak, à la « Tsampa » et au fromage au beurre de Yak, spécialités locales et bases de leur nourriture quotidienne. Assistez et participez si vous le souhaitez aux danses

spontanées le soir des locaux sur la place de la vieille ville. Dîner. Nuit à Shangri La.

Jour 7 : Shangri La - Baisha - Yuhu - Lijiang ~ 4h de route. Altitude : 2300m

Route matinale vers Lijiang. Déjeuner pris au village Naxi de Baisha. Découverte également du village de Yuhu, situé au pied de la montagne du dragon de jade, avec notamment la visite de l'ancienne maison de l'explorateur Joseph Rock. Continuation vers la vieille ville de Lijiang, et installation dans un hôtel du centre ville de Lijiang. Dîner en ville.

Jour 8 : Lijiang - train de nuit pour Kunming ~ 30min de transfert

Journée de visite de la vieille ville de Lijiang, à travers ses nombreuses ruelles. Découverte notamment de son marché du matin, puis vous vous baladerez jusqu'au parc de l'étang du dragon noir. Déjeuner et dîner en ville. En soirée, transfert à la gare de Lijiang pour le train de nuit vers Kunming (compartiment privatif), au départ à 22h15.

Jour 9 : Kunming - Jianshui ~ 4h de route

Arrivée à la gare de Kunming à 6h30. Petit-déjeuner. Route matinale vers Jianshui. Balade à travers le **village typique de Tuanshan, abritant de belles demeures anciennes, notamment celle de la famille Zhang. Découverte du joli vieux pont du double dragon. Court trajet vers Jianshui. Installation à votre hôtel au c^hur du vieux Jianshui. Dîner.**

Jour 10 : Jianshui - Yuanyang ~ 4h de route

Dans la matinée, balade à travers la vieille ville de Jianshui, notamment autour de l'arche Chaoyang **qui abrite un petit marché aux oiseaux. Découverte du temple de Confucius, qui est le deuxième plus grand en Chine après celui de Qufu, la ville natale du maître. L'ensemble est constitué d'un grand parc avec étang, plusieurs cours intérieures, de superbes portiques, temples et pavillons. Déjeuner, puis route l'après-midi vers la région de Yuanyang, jusqu'au petit village de Shengcun. Installation à votre hébergement dominant les rizières en terrasses. Dîner.**

Jour 11 : Yuanyang

Après le petit-déjeuner, **découverte ce matin d'un marché de la région de Yuanyang. Rencontre avec les minorités Yi et Hani.** Continuation jusqu'à un petit village de la minorité Yi, pour un déjeuner festif avec les villageois. Dans l'après-midi, randonnée de 2 à 3h à travers de superbes paysages de rizières en terrasses, et petits villages. **Dîner au restaurant de l'auberge.**

Jour 12 : Yuanyang - Forêt de Pierre ~ 6h de route

Route vers Shilin. Déjeuner en cours de route. Balade à travers le site de la Forêt de Pierre. Nous vous y proposons une marche d'environ 2h entre pics rocheux et à travers parfois d'étroits chemins, à l'écart des sentiers foulés par les nombreux touristes chinois. Dîner. Nuit à l'hôtel Yinruilin International 5*

Jour 13 : Forêt de Pierre - Terres Rouges de Lexiaguo ~ 6h de route

Route vers Dongchuan, puis la région des «terres rouges» de Lexiaguo. Déjeuner. Découverte dans l'après-midi **des paysages de cultures en terrasses de la région, notamment près des villages Huashitou et Lexiaguo.** Nuit à l'étonnante résidence de charme Red Soil 4*.

Jour 14 : Lexiaguo - Kunming (PDJ, DEJ, DIN)~ 4h de route

Route vers Kunming. Découverte du temple des bambous, datant du 13^{ème} siècles. Le temple est célèbre pour ses 500 statues en argile représentant chacune un personnage différent. Balade puis dîner pris au c^hur de Kunming. Assistez en soirée au très beau spectacle de danses et chants des minorités du Yunnan intitulé « Dynamic Yunnan » (20h00-21h30), avant le transfert à l'aéroport de Kunming pour votre vol retour

Jour 15 : Vol retour

Arrivée en Europe

Voyage privatisé à partir de 2 personnes

Vous pouvez privatiser ce voyage aux dates de votre choix, pour vous et vos compagnons de voyage uniquement. Pour un voyage privé, le tarif dépend alors du nombre de participants. Nous vous remettons un prix en fonction de ce nombre. Bien sûr dans le cadre d'un voyage privatif, ce programme pourra vous servir uniquement de base de réflexion et en fonction de vos commentaires nous vous proposerons un voyage sur

mesure.

Dates et prix

Promotion

Départs complet

Départ assuré

Destination

Thème

Départ

Retour

Durée

Info pays



Chine

Nous vous emmenons dans la Province du Tar (Tibetan Autonomous Region) ou Tibet Central, où vit une partie de la minorité tibétaine, l'une des plus anciennes reconnues en Chine. C'est au Pays des Neiges que s'est développée, au cours des siècles, une civilisation originale, d'une étonnante richesse culturelle, édifée autour du pouvoir religieux et des grands monastères.

Formalités administratives

Chine

Pour les tous les ressortissants :

- Un passeport d'une validité minimale de 6 mois au moment de la demande de visa.
- Un visa à demander auprès du bureau des visas chinois.

Pas de visa en cas de :

- Transit via un aéroport international de Pékin avec ticket pour continuation du voyage dans les 24 heures vers un pays tiers.

Ou

- Transit via un aéroport international de Shanghai avec un ticket pour la continuation du voyage dans les 48 heures vers un pays tiers.

Hong Kong

- Un passeport valable minimum 30 jours après le jour de départ / sortie
- Exemption de visa pour: un séjour de maximum 3 mois - en combinaison avec un billet d'avion retour ou avec une prochaine destination.
- Pour les autres nationalités, veuillez vérifier ces informations auprès des autorités consulaires de Chine dans votre pays.

A noter :

Merci de nous adresser une photocopie des 4 premières pages de votre passeport à l'inscription.

Conseil(s) santé

Chine

Nous vous conseillons d'être à jour des vaccinations classiques : diphtérie, tétanos, RRO, hépatite B, poliomyélite, fièvre typhoïde.

Vaccins spécifiques : Hépatite A obligatoire, malaria, schistosomiase recommandés, pour certaines personnes à risque : rage.

A noter : la vaccination contre la fièvre jaune est inutile (pas de fièvre jaune en Asie), mais est exigée pour tout sujet venant d'Afrique ou d'Amérique tropicales.

Bon à savoir

A une altitude supérieure à 1500 mètres et à des températures inférieures à 15 °C, il n'y a pas de moustique. Un

risque de paludisme existe uniquement dans les zones rurales de basse altitude, surtout pendant les mois d'été. La prescription est nécessaire pour obtenir les médicaments contre le paludisme adaptés à chaque personne et chaque voyage. Il est important d'en suivre scrupuleusement les modalités et la durée. Consultez votre médecin traitant.

Notre conseil : pour vous protéger du paludisme et éviter les traitements lourds, vous pouvez appliquer sur la peau découverte, de jour comme de nuit, des répulsifs antimoustiques, et couvrir le reste avec des vêtements imprégnés de répulsif (par spray ou trempage). Nous préconisons les produits de la gamme Insect Ecran (au DEET 50 %) qui sont parmi les plus efficaces.

Pour plus d'informations sur les précautions à prendre au niveau santé, vous pouvez consulter le site Internet de SMI (Service Médical International) : www.smi-voyage-sante.com

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 hôtels de charme mentionnés avec petit-déjeuner tous les jours
- Guide francophone de qualité pendant tout le voyage
- Tous les transports en minibus privatif
- Train de nuit Lijiang-Kunming en compartiment privatif VIP
- Les tickets d'entrées pour toutes les visites, activités et spectacles mentionnés
- Les repas du déjeuner du premier jour au repas du dernier jour avec une boisson par personne (pour formule petit groupe et base 6 voyageurs, les repas non inclus base 2 et 4 voyageurs)

Le prix ne comprend pas

- Vols Paris-Kunming A/R (600 eur par personne pour petit groupe, à la demande en circuit privatif)
- Les frais de visa chinois (160 eur par personne)
- Les pourboires aux guides et chauffeurs (40 eur par personne pour l'ensemble du séjour)
- Les assurances de voyage, activités complémentaires, dépenses personnelles
- Supplément chambre individuelle de 435 eur

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.

Equipement de base



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

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 éclair 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 banché 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.

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.