

Népal

AUTOUR DES ANNAPURNAS

Code voyage : **NA NEXIND**





TREK

A partir de **1 295 €**



 **Voyage sur mesure**

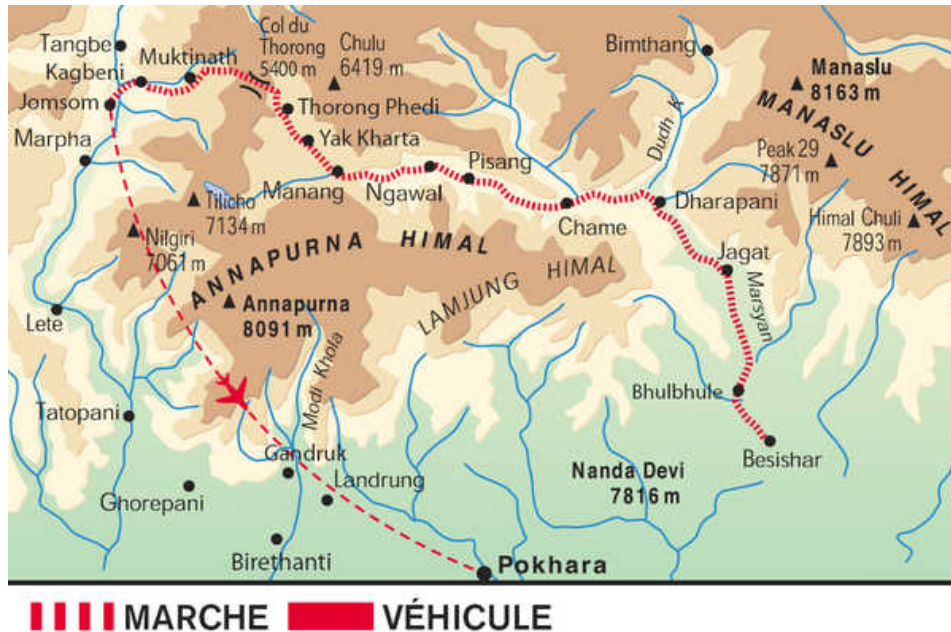
 Niveau : **3/5**

 **14 jours**

Notre version "en individuel" du tour des Annapurnas : vous choisissez de partir à vos dates de voyage, en couple ou entre amis jusqu'à 5 personnes.

Ce trek au rythme savamment dosé par les étapes en lodge, collectionne de superbes points de vue sur toute la chaîne des Annapurnas. C'est le grand trek incontournable du Népal, en 14 jours seulement.

Un guide local anglophone vous accompagne de bout en bout, un porteur assure le portage de votre sac et hop, progressivement, vous prenez de la hauteur de Beshisahar à Manang par la vallée de la Marsyangdi, passant des étages sub-tropicaux aux paysages plus arides à partir de 3000 m d'altitude. Le long de cet escalier qui vous élève vers les géants, vous traversez des villages brahmanes, gurungs et tibétains. Les drapeaux de prières battent au vent. Les sommets himalayens courent à l'infini : Manaslu, Annapurnas II, III, IV, Gangapurna... C'est par le col du Thorong, à 5400 m, que vous basculez dans la basse vallée du Mustang. Changement de décor : la vallée est plus large, la terre plus aride, les couleurs minérales virent de l'ocre au rouge, au vert... De somptueux villages tels que Jarkot et Kagbeni ponctuent votre descente. De Jomsom votre voyage poursuit vers Pokhara, petite ville située au pied des Annapurnas.



POINTS FORTS

- Le trek mythique de l'Himalaya en groupe privé dès 2 personnes
- Le passage du col du Thorong à 5400 m
- Une nuit à Pokhara près du lac Phewa
- Les services d'un guide local anglophone et d'un porteur pour 2 personnes

Jour par jour

JOUR 1



KATMANDOU

Accueil à l'aéroport de Katmandou par votre guide anglophone qui vous accompagne tout au long du trek. Installation à votre hôtel et temps libre.

DÉTAIL

Hébergement : Hôtel

Déjeuner : libre

Dîner : libre

JOUR 2



KATMANDOU - BENSISHAHAR - JAGAT

Transfert tôt le matin pour le village de Bensishahar (850 m), puis continuation vers Jagat par une piste carrossable (après un changement de véhicule). Vous êtes récompensé à l'arrivée par le cadre magnifique du massif des Annapurnas. Première nuit dans le massif en lodge.

DÉTAIL

Transport : Véhicule privatisé (6h)

Hébergement : Lodge

Déjeuner : libre

Dîner : libre

JOUR 3



JAGAT - DHARAPANI (1960 M).

Vous suivez la rivière Marsyangdi : montée régulière jusqu'à Chamje, puis la montée devient plus raide sur 300 m pour rejoindre le village de Tal, situé dans un ancien lac dominé par une grande cascade. Après-midi en pente douce jusqu'à Dharapani, beau village à la confluence de deux rivières.

DÉTAIL

Marche : 6h-7h

Dénivelé positif :

800 m

Dénivelé négatif :

150 m

Hébergement : Lodge

Déjeuner : libre

Dîner : libre

JOUR 4



DHARAPANI - CHAME (2670 M).

Montée raide pour atteindre Timang le Haut. Vous traversez une belle forêt de pins. A partir de Koto, nous avons une vue remarquable sur l'Annapurna II et le Manaslu. A Chame, Vous entrez dans le pays bouddhiste : les chortens, les murs de manis et les drapeaux de prières décorent notre chemin.

DÉTAIL

Marche : 5h-6h

Dénivelé positif :

900 m

Dénivelé négatif :

150 m

Hébergement : Lodge

Déjeuner : libre

Dîner : libre

JOUR 5



CHAME - PISANG (3200 M)

Vous traversez plusieurs villages Gurungs. Très belle vue sur la chaîne Himalayenne du Manaslu à l'Annapurna II. Les paysages deviennent plus arides, quelques cultures persistent encore. Dans l'après-midi, nous visitons le village et le monastère de Upper Pisang.

DÉTAIL

Marche : 5h-6h

Dénivelé positif :

700 m

Dénivelé négatif :

100 m

Hébergement : Lodge

Déjeuner : libre

Dîner : libre

JOUR 6



PISANG - NGAWAL (3600M).

Poursuite de votre parcours avec l'énorme barrière glacière des Annapurnas en toile de fond : Annapurnas IV, II, III, Gangapurna et Tarke Gyang... Un décor exceptionnel ! Aujourd'hui vous partez dans la haute vallée de la Marsyangdi pour une variante au tour "classique". Depuis Pisang un très beau sentier balcon permet de découvrir les vieux villages de Ghyaru et Ngawal. Arrivée à Ngawal dans l'après midi. Vous visitez ce vieux village tibétain et son monastère.

DÉTAIL

Marche : 4h-5h

Dénivelé positif :

500 m

Dénivelé négatif :

150 m

Hébergement : Lodge

Déjeuner : libre

Dîner : libre

JOUR 7

NGAWAL - MANANG (3520 M).

Très belle journée de randonnée en direction de Manang. Vous dominez la vallée de Manang, jusqu'au village de Mungje, puis nous longeons la rivière pour rejoindre le village de Braga. Visite du monastère. Le trek continue en direction de Manang que vous atteignez pour le déjeuner. Après midi de repos à Manang. Ceux qui le souhaitent peuvent partir l'après midi pour une randonnée jusqu'au village de Khangsar (3760 m) situé sur le sentier qui mène au lac Tilicho (4h de marche).

DÉTAIL

Marche : 4h-5h

Dénivelé positif :

250 m

Dénivelé négatif :

300 m

Hébergement : Lodge

Déjeuner : libre

Dîner : libre

JOUR 8

MANANG - YAK KHARKA (4020 M).

Cette étape courte et facile permet une acclimatation régulière à l'altitude. Vous quittez les bords de la rivière Marsyangdi et entamez la montée facile jusqu'aux pâturages de Yak Kharkha. L'après-midi libre pour se reposer ou se balader.

DÉTAIL

Marche : 4h-5h

Dénivelé positif :

600 m

Dénivelé négatif :

150 m

Hébergement : Lodge

Déjeuner : libre

Dîner : libre

JOUR 9

YAK KHARKA - THORANG PHEDI (4450 M)

Courte journée de marche vers le Thorong Phedi. Le chemin traverse de nombreux pâturages de yacks, alternant montées et descentes. Vous progressez lentement vers le fond de la vallée pour économiser notre souffle. Dans l'après midi, possibilité de faire une marche d'acclimatation en aller retour jusqu'au camp de base du Thorong (+ 400 m et- 400m).

DÉTAIL

Marche : 4h

Dénivelé positif :

550 m

Dénivelé négatif :

150 m

Hébergement : Lodge

Déjeuner : libre

Dîner : libre

JOUR 10

THORANG PHEDI- COL DU THORONG (5416 M) - MUKTINATH (3800 M).

Départ très tôt le matin pour le col du Thorong, le point le plus haut de notre trek. La montée est assez rude mais le fantastique panorama récompense notre effort. Après une pause thé et photo au col, la descente est un peu raide jusqu'à Muktinath, premier village du Mustang et sanctuaire religieux des bouddhistes et des hindouistes. Visite du petit temple de Muktinath. Nuit à Muktinath.

DÉTAIL

Marche : 8h

Dénivelé positif :

1000 m

Dénivelé négatif :

1650 m

Hébergement : Lodge

Déjeuner : libre

Dîner : libre

JOUR 11

MUKTINATH - LUPRA (2790 M) - JOMSON (2710 M).

vous quittez le village de Muktinath et passez un petit col, à travers de superbes paysages montagnards. Sur le chemin, avec un peu de chance, vous pouvez apercevoir le bharal, le mouton bleu des Himalayas. Une descente assez raide vous conduit à Lupra, petit village caché dans les gorges de la Lupra khola. Loin des sentiers de randonnée, le village a réussi à garder tout son charme. Après une petite pause dans le village, vous basculez dans les gorges de la Kali Gandaki et terminez la journée à Jomsom.

DÉTAIL

Marche : 5h

Dénivelé positif :

100 m

Dénivelé négatif :

1200 m

Hébergement : Lodge

Déjeuner : libre

Dîner : libre

JOUR 12

VOL JOMSON - POKHARA

Après le petit déjeuner, vous prenez un vol en direction de Pokhara (transfert faisable également par la route à votre demande). Fin de journée libre à la découverte de cette ville blottie au pied du massif des Annapurnas. Repas libres.

DÉTAIL

Hébergement : Hôtel

Déjeuner : libre

Dîner : libre

JOUR 13



POKHARA - KATMANDOU

Après votre vol vers Katmandou, vous partez en liberté explorer, selon vos envies, les merveilles de la légendaire capitale népalaise. A Pashupatinath, vous découvrez le temple hindou le plus important du pays. Construit au bord de la Bagmati, la plus sacrée des rivières Népalaises, Pashupinath et ses ghâts sont un grand lieu de crémation. Vous quittez l'ambiance mystique de cette ville hindoue pour Bodnath, l'un des principaux sanctuaires bouddhistes de la région de Kathmandou et l'une des plus grandes stupa au monde. Repas libres.

DÉTAIL

Transport : 5h-6h
Hébergement : Hôtel
Déjeuner : libre
Dîner : libre

JOUR 14



KATMANDOU.

Temps libre pour visiter Katmandou à votre guise. En fonction de vos horaires de vols, transfert à l'aéroport.

DÉTAIL

Déjeuner : libre
Dîner : libre

À NOTER

- N'hésitez pas à nous contacter pour adapter la durée ou personnaliser votre séjour. Nos experts de la destination seront ravis de vous aider à créer un voyage qui corresponde à vos attentes ! - Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction, des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement. Suivant les conditions météorologiques et opérationnelles, votre guide se réserve le droit de modifier cet itinéraire de façon à assurer au mieux le déroulement du séjour et votre sécurité.

Budget

(informations au 29/09/2022)

Période réalisable : **FÉVRIER, MARS, AVRIL, OCTOBRE, NOVEMBRE, DÉCEMBRE**

Prix à partir de :

Base 2 personnes (en chambre double) : à partir de 1530 € par personne*

Base 3 personnes (en chambre triple) : à partir de 1380 € par personne*

Base 4 personnes (en chambres doubles) : à partir de 1220 € par personne*

* sous réserve de disponibilités au moment de votre réservation, prix basse saison

Prix moyen d'un vol Paris / Kathmandou aller-retour = environ 800 euros

✓ Le prix comprend

- Le vol intérieur Jomsom / Pokhara et le vol Pokhara / Katmandou
- 13 nuits d'hébergement en hôtel et en Lodge (petits déjeuners compris en hôtel)
- Un guide anglophone (du J 1 au J 13) et un ou plusieurs porteurs en fonction de la taille de votre groupe.
- Véhicules privatisés pour les transferts Katmandou/Besisahar/Jagat
- Les transferts aéroport/hôtel/aéroport à Katmandou
- L'entrée dans le Parc National des Annapurnas et le permis de trekking
- Une carte topographique du tour des Annapurnas.

✗ Le prix ne comprend pas

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne
- Les vols internationaux Paris/Katmandou.
- Les taxes aériennes
- Eco participation à la compensation carbone de votre voyage 10 euros par personne si vous réservez les vols par le biais de Huwans

À payer sur place

- Les frais de visa
- Les douches chaudes dans les lodges (comptez 1€ à 8€ la douche, en fonction des lodges)
- Les repas pendant le séjour (à l'exception des petit-déjeuners à l'hôtel de Katmandou)
- Les pourboires (cf. rubrique "Pourboires")
- Les boissons et l'eau minérale pendant le séjour



Assurances au choix

- **L'assurance assistance rapatriement** 2,5 % du voyage par personne
- **L'assurance multirisque** 4,1 % du voyage par personne
- **L'assurance premium (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.)** 5 % du voyage par personne
- **L'assurance COVID (complémentaire à l'assurance multirisque ou premium)** 1 % du voyage par personne

Pour ce voyage, nous vous recommandons notre assurance multirisque, spécialement étudiée pour le voyage d'aventure.

+ Options

- La pension complète pour tout le trek : 280€ par personne
- Le guide francophone pendant le séjour (à la place de guide anglophone) : à partir de 150€ pour un groupe de 4 personnes.
- Supplément chambre individuelle dans les hôtels à Katmandou et à Pokhara : 110 €
- Nuit supplémentaire à Katmandou en chambre individuelle et petit-déjeuner : 90€ par personne
- Nuit supplémentaire à Katmandou en chambre double et petit-déjeuner : 50€ par personne

- Le cheval pour l'ascension du col de Thorung La : prix à négocier sur place avec le muletier du village (comptez environ 100€ à régler sur place, prix variable en fonction des saisons et de la demande)

Détail du voyage

NIVEAU

9 jours de trek du J4 au J12.

Altitude maximum : 5416 m au col du Thorong.

Dénivelé maximum : +10000 m/jour.

Les étapes proposées dans le programme offrent une acclimatation très progressive à l'altitude. Nous marchons sur de bons sentiers, accessibles à toute personne en bonne condition physique. Toutefois, la montée au Thorong La est éprouvante : longue journée de marche en altitude.

Une première expérience de trek en montagne sur une semaine est recommandée. Une préparation physique durant les mois précédents le départ est vivement recommandée (marche, course à pied, vélo...).

INFORMATIONS SUR LA HAUTE ALTITUDE ET LE MAL AIGU DES MONTAGNES : cf. rubrique 'Recommandations'.

ENCADREMENT

A votre arrivée à Katmandou, vous êtes accueillis par votre sirdar (guide local anglophone) qui vous accompagne tout au long de votre voyage. Il fait partie de l'équipe Huwans Népal.

Un sirdar est un guide local, il connaît parfaitement le terrain. Vous lui excuserez parfois ses difficultés de maîtrise des langues étrangères d'autant que vous profiterez pleinement de son grand professionnalisme à chaque étape du trek. Son rôle principal est de vous montrer le chemin et de veiller sur votre sécurité. Il est aussi en charge de gérer toute la logistique de votre trek (lodges, porteurs, repas etc).

Vos bagages sont portés par des porteurs (1 porteur pour 2 trekkeurs). Limitez votre bagage de trek à 13 kg maximum.

Etant donné la présence du guide, vous n'aurez pas besoin de roadbook pour ce séjour. Il vous remettra néanmoins une carte topographique du trek sur place.

ALIMENTATION

Le plat népalais par excellence est le "dal bhat", du riz et une soupe de lentilles, accompagné de quelques légumes épicés. A Katmandou, il est possible de manger une grande variété de plats, mais en montagne, le choix est beaucoup plus restreint : les lodges proposent des menus tous similaires et peu variés (ex. dal bhat, nouilles sautées, mo-mos, riz frit, pâtes à la sauce tomate, pommes de terre sautées).

Sur nos voyages en lodge, nous nous efforçons de vous offrir des repas les plus variés possibles, avec les plats ou ingrédients disponibles dans les lodges. Quelques exemples : dal bhat (repas quotidien népalais), riz sauté aux légumes, pommes de terres au fromage, frites, pâtes à la sauce tomate, et parfois même des pizzas ! Notez que la viande est rare et peu recommandée pour nos estomacs d'occidentaux.

A Katmandou, nous laissons souvent les repas libres de sorte à ce que chacun puisse profiter de la variété des restaurants de la capitale en fonction de ses goûts (cf. repas mentionnés comme "libres" dans le fil des jours du voyage).

Durant votre séjour les boissons, y compris l'eau minérale, sont votre charge.

En montagne, vous pouvez remplir vos gourdes d'eau au robinet ou aux sources d'eau (sur conseil du guide), mais il est indispensable de la filtrer ou de la traiter avec des pastilles purifiantes (style Micropur). L'achat de bouteille d'eau minérale est aussi possible dans les lodges, en ville, ou dans les restaurants. Limitez toutefois votre consommation de plastique, le Népal ne pouvant pas assurer son recyclage.

HÉBERGEMENT

Nuits en hôtel à Katmandou en chambre double avec sanitaires privés.

Nuits en lodge pendant le trek.

Qu'est ce qu'un "lodge népalais" ? C'est une maison népalaise aménagée pour recevoir des randonneurs.

D'un confort variable, ils ne sont certes pas des hôtels mais permettent de faire un trekking même en altitude, dans des conditions appréciables : lit, matelas, tables et chaises, toilettes...

Les douches chaudes sont payantes dans certains lodges.

HEURE ET LIEU DE RENDEZ-VOUS

Accueil à l'aéroport de Kathmandou J1.

DISPERSION

SE LOGER AVANT OU APRÈS LE CIRCUIT

Nuits supplémentaires, nous consulter.

DÉPLACEMENT

Nous utilisons des véhicules privatisés adaptés à la taille du groupe et au type de terrain.

Pour le voyage entre Jomsom et Pokhara nous utilisons un vol intérieur sur une compagnie népalaise.

Conformément à notre devoir d'information et de transparence vis-à-vis de nos voyageurs, nous vous informons que la Commission Européenne a inscrit le 5 décembre 2013 toutes les compagnies aériennes du Népal sur la liste des transporteurs aériens interdits de vol au sein de l'Union Européenne.

Cette interdiction d'exploitation est à ce jour théorique car aucune compagnie népalaise ne vole en Europe.

Il est à noter que les aviations civiles du reste du monde, y compris américaine, japonaise, chinoise, n'ont pas émis d'avis négatif.

Huwans clubaventure a donc décidé de maintenir les vols intérieurs pour desservir les régions de trek.

De plus Huwans clubaventure ne vole que sur des compagnies aériennes que nous jugeons sérieuses : Bouddha Air, Yeti Airlines et Tara Air. Leur niveau de sécurité a récemment été jugé satisfaisant par plusieurs auditeurs indépendants.

Une lettre d'information spécifique sur les conditions des vols intérieurs au Népal vous sera envoyé au moment de votre inscription.

BUDGET & CHANGE

Au Népal, la monnaie nationale est la roupie népalaise. Pour connaître le taux de change au jour le jour reportez vous sur :

<http://www.xe.com>

Les monnaies les plus faciles à négocier sont l'euro et le dollar américain. Les cartes de crédit sont acceptées dans les boutiques des grands hôtels. Vous pouvez retirer des devises avec votre carte visa à Katmandou.

POURBOIRES

Contrairement à la France où il se fait de plus en plus rare, le pourboire est encore très présent en Asie, en général, et au Népal en particulier. Lié à la satisfaction du client, il fait partie intégrante de la culture du pays: indépendant du niveau de salaire, le pourboire est pris par les Népalais comme un signe d'appréciation. Son montant dépend donc de votre appréciation du service rendu et de votre générosité.

Votre sirdar peut vous aider sur ce sujet en faisant une enveloppe collective afin d'éviter que seuls les porteurs des sacs des trekkers aient un pourboire.

Comme pour l'argent, si vous avez des vêtements à donner, n'hésitez pas à passer par le sirdar qui fera une répartition équitable.

Afin de vous aider, voici une idée de montant des pourboires à prévoir pour l'ensemble du staff népalais (sirdar, porteur) :

Trekking en lodge (sans passage de col à plus de 5000m) : 25 à 30 € par voyageur et par semaine

Trekking en lodge (avec passage de col(s) à plus de 5000m) : 35 à 45 € par voyageur et par semaine

Trekking sous tente : 35 à 45 € par voyageur et par semaine

Circuit sans trekking : 20 à 25 € par voyageur et par semaine

Par ailleurs, nous vous demandons expressément de ne pas donner des bonbons et/ou des barres énergétiques/chocolatées aux enfants, il n'y a quasiment pas de dentiste dans les régions montagneuses. Idem pour les médicaments: ils ne sont pas forcément adaptés aux Népalais qui ont, de plus, beaucoup de mal à suivre la bonne posologie.

Equipement

VÊTEMENTS À PRÉVOIR

Les vêtements, des pieds à la tête :

- Chaussures de randonnée. Ce sont les meilleures amies du randonneur. Elles doivent réunir trois qualités : solidité, bonne tenue du pied et de la cheville (tiges hautes) et imperméabilité. Choisissez des chaussures à semelles antidérapantes et relativement rigides type "Vibram" ,
- Chaussures légères (tennis ou sandales) pour enfiler le soir dans les villes et villages.
- Tongues pour prendre la douche,
- Sous vêtements. C'est la première isolation que vous aurez, soignez la ! Des fibres techniques fines, comme la Carline ou la Polartec, sont très efficaces, chaudes, souples, confortables et légères. Elles sèchent très rapidement,
- Pantalons de randonnée,
- Shorts,
- Vestes polaires. Ces dernières sont résistantes, chaudes, légères et sèchent rapidement. Les plus adaptées, bien connues des montagnards, sont les fibres Polartec, Carline et Ulfrotté.
- Tee-shirts (techniques de préférence),
- Chapeau,
- Paire de gants ou de mouffle et bonnet,
- Maillot de bain et serviette de bain,
- Cape de pluie
- Veste imperméable type Gore-tex,
- Veste en duvet et conseillée (vous en trouvez à Katmandou pour 40 à 50 €).

Le Népal se situe dans l'hémisphère Nord. Les températures augmentent de janvier à mai et diminuent de septembre à décembre. A partir d'avril et jusqu'à fin octobre, prévoir des vêtements plus légers.

EQUIPEMENT À PRÉVOIR

- Pochette à mettre autour du cou ou en ceinture pour votre passeport et/ou votre carte d'identité, votre permis de conduire, votre carnet de vaccination, votre carte européenne d'assurance maladie, votre dépliant assurance voyage, vos devises, votre carte de crédit et vos papiers personnels.
- Sacs plastiques pour garantir l'étanchéité de vos affaires, appareils photos et vêtements.
- Sac à linge sale,
- Serviettes humidifiées type "Calinette" pour la toilette quand l'eau est trop froide ou inaccessible,
- Boules Quiés, toujours utiles!
- Bloc notes et stylo, livre, jeu de carte
- Bâtons de marche (facultatifs). Ils sont d'une aide précieuse pour économiser vos genoux à la descente (jusqu'à 30% de votre poids + celui de votre sac sont supportés par les bâtons) et soutenir votre effort à la montée (les bras aident en plus des jambes).
- Paire de jumelles,
- Appareil photos,
- Guêtres (fortement conseillées),
- Couverture de survie,
- Téléphone portable,

- un sac de couchage (indispensable pour tous les voyages trekking)

Chaud, confortable, adapté à votre taille, de forme sarcophage (plus près du corps et doté d'une capuche fermante), avec fermeture latérale à glissière pour une ouverture à votre convenance. Pour dormir en toutes saisons, il faut que votre sac soit performant jusqu'à des températures de -5°C à -15°C (en fonction des circuits, de l'altitude et des dates).

N'hésitez pas à prendre un duvet confortable, en effet, "Qui peut le plus, peut le moins !"

- Drap de sac,
- Trousse de toilette,
- Serviette de toilette,
- Paire de lunettes de soleil,
- Crème de protection solaire (visage et lèvres),
- Lampe de poche ou frontale avec piles de rechange,
- Gourde de 1.5 litres minimum, légère et isotherme. Vous pouvez prévoir également une poche à eau de 2 litres. Cette dernière a l'avantage de permettre une consommation directe grâce à sa pipette. Vous n'êtes donc pas obligé de tomber le sac à dos pour saisir la gourde. Ainsi vous buvez plus régulièrement et en petite quantité ce qui est conseillé pour une bonne hydratation,

Astuce : avoir deux récipients permet de consommer l'un pendant que l'autre est en cours de traitement,

- Couteau de poche, multi-usages de préférence (à mettre en soute si vous prenez l'avion),
- Papier hygiénique et briquet,
- Gel hygiénique.

BAGAGES

Comment faire vos sacs?

L'ensemble de vos bagages doit être réparti dans 2 sacs :

- prévoir un sac de voyage souple avec fermeture éclair latérale donnant plus facilement accès à son contenu type sac marin 80 L environ et de 13 Kg maximum (16 kilos pour le trek sous tente). Pas de valise, ni de sac à roulettes car c'est intransportable par les porteurs. Nous utilisons le service de porteurs pendant les treks

Vous avez la possibilité de laisser des affaires dont vous n'aurez pas l'utilité pendant le trek à l'hôtel à Katmandou.

- Un petit sac à dos (contenance environ 40 l) pour vos affaires de la journée : pull, t-shirt de rechange, gourde, pique nique du midi, lunettes, petit matériel...

Attention, certains pays interdisent l'importation et l'utilisation des cigarettes électroniques, nous vous recommandons donc vivement de vous renseigner auprès des autorités compétentes (MAE, ambassade, consulat) avant votre départ.

PHARMACIE

Tous nos itinéraires respectent au mieux les paliers d'acclimatation. Toutefois il est difficile de prévoir un éventuel mal d'altitude. Pour cela nous formons régulièrement notre équipe locale à la sécurité en montagne.

Votre accompagnateur dispose d'une pharmacie de première urgence, destinée notamment pour l'équipe locale encadrante. Il est obligatoire d'apporter vos médicaments personnels (en nombre suffisant) : aspirine, élastoplast, alcool iodé, antiseptique intestinal, petits ciseaux, tricostérol, crème de protection solaire visage et lèvres...

Pensez également à rendre visite à votre dentiste, si vous avez quelques caries non traitées, elles ont la fâcheuse habitude de se réveiller avec l'altitude.

Formalités & santé

PASSEPORT

Valable 6 mois après la date de retour.

VISA

Pour les ressortissants français, un visa individuel est nécessaire pour entrer sur le territoire népalais. Il s'obtient sur place à l'aéroport de Katmandou, sous votre responsabilité. Prévoyez pour cela en espèce le montant nécessaire pour le règlement (30 Dollars Américain ou l'équivalent en euros) afin d'évitez une longue file d'attente au distributeur à votre arrivée.

A la sortie de l'avion, vous allez entrer dans le grand hall de l'immigration.

Il faut prendre les étapes dans l'ordre pour éviter de perdre du temps :

- 1- remplir le petit formulaire d'arrivée (parfois délivré dans l'avion), disponible sur les comptoirs sur votre gauche;
- 2- se rendre aux comptoirs électroniques juste après et remplir le formulaire pour obtenir un ticket;
- 3- payer le visa au comptoir du fond avec le ticket obtenu.

Une fois que tout cela est fait, vous pouvez vous diriger vers la douane, puis récupérer vos bagages. Notre représentant vous attend à la sortie de l'aéroport.

Vol retour vers la France :

L'entrée dans l'aéroport se fait sur présentation du billet d'avion (le guide ne peut donc pas vous suivre). Après l'enregistrement des bagages, ne perdez pas de temps et passer la douane et la sécurité pour aller patienter dans la salle d'embarquement.

Sur certains vols, la douane peut vous demander un visa pour le pays de destination (ex : visa Inde si vous passer par Delhi). Dans ce cas : bien montrer votre 2^e carte d'embarquement (ex : Delhi - Paris), ou expliquer que vous volez à destination de la France.

Nos voyages au Népal nécessitent l'obtention de permis (trekking, TIMS...). Nous nous occupons de toutes les formalités, mais pour cela, vous devez nous fournir dès votre inscription une photocopie en couleur de bonne qualité de la double page contenant toutes les informations de votre passeport (les services du gouvernement népalais sont très exigeants sur ce point). Ces informations sont indispensables pour l'élaboration des permis de trekking et d'ascension.

ATTENTION : si nous n'avons pas reçu votre scan passeport à temps, veuillez-vous munir de 2 photos d'identité. Elles vous seront demandées pour l'attribution des permis une fois sur place.

CARTE D'IDENTITÉ

Non

VACCINS

Pour connaître les vaccinations et les traitements conseillés pour votre voyage, consultez :

- Le site du Ministère des Affaires Étrangères (www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs/conseils-par-pays-destination/nepal/#sante)
- Le site de l'Institut Pasteur

RECOMMANDATIONS SANITAIRES

Les obligations sanitaires de chaque pays face à la pandémie évoluent fréquemment, il est important et de votre responsabilité de les consulter jusqu'au jour de votre départ sur le site du ministère des affaires étrangères, rubrique "Conseil aux voyageurs".

Au Népal, sachez que les frais de secours et de santé sont souvent très onéreux. L'hélicoptère est souvent la seule solution pour une évacuation rapide, avec parfois des frais de plusieurs milliers d'euros. De ce fait, une assurance voyage est indispensable : elle doit notamment prendre en charge financièrement les frais de recherche et de secours en milieu isolé. Vérifiez bien les clauses de votre contrat d'assurance voyage avant de partir, et, si besoin, choisissez une assurance adaptée, telle que celle que nous vous proposons lors de votre inscription.

N.B. Les assurances liées à l'usage des cartes bancaires offrent des plafonds et des couvertures souvent insuffisantes !

Nous vous conseillons de consulter votre médecin avant le départ. Il vous donnera des indications fiables sur votre état de santé général, et fera un point sur vos vaccinations habituelles et celles recommandées pour votre destination.

SPÉCIFICITÉS

Pour tous les treks au Népal nous avons besoin d'obtenir les permis de trekking dans les parcs nationaux. Dès votre inscription, merci de nous faire parvenir une copie de votre passeport.

Sur place, vous devez remettre deux photos d'identité à votre guide local.

