



## TIBET, DU MONT KAILASH AU ROYAUME DE GUGE

**18 jours / 15 nuits - à partir de 4 830€**

Vols + circuit + pension complète

Votre référence : p\_CN\_TIKA\_ID7159

Depuis les toits dorés du Jokhang, sanctuaire vénéré à Lhassa, jusqu'aux grands espaces de l'Ouest et du royaume de Guge, ce voyage inédit déroule le vaste panorama des richesses du Tibet. Nous quittons Lhassa pour rejoindre le mont Kailash « précieux joyaux des neiges » et site le plus sacré du Tibet. Ce périple aux confins de l'Himalaya vous dévoilera les charmes d'un pays mystique où l'homme et ses croyances cohabitent en harmonie avec la nature majestueuse.

**Départ du 10 juin spécial Saga Dawa, le plus grand festival du Tibet**

### Vous aimerez

- Voyager en petit groupe limité à 8 participants
- Parcourir le Tibet d'Est en Ouest comme des pionniers
- Le camp de base de l'Everest
- Le mont Kailash, site le plus sacré du Tibet
- Le monastère de Rongphu, monastère le plus haut du monde

---

### Jour 1 : FRANCE / CHENGDU

Envol pour Chengdu sur vols réguliers.

### Jour 2 : CHENGDU

Arrivée tôt le matin à Chengdu, capitale du Sichuan. Découverte du centre de recherche et de reproduction des pandas, animal emblématique de Chine. Installation à l'hôtel dans l'après-midi. Puis, vous pourrez prendre un thé et vous détendre dans l'un des salons de thé du parc du Peuple.

### Jour 3 : CHENGDU / GONGGAR / LHASSA (3 680 m)

Envol pour Gonggar, l'aéroport civil du Tibet. Accueil par le guide et installation à l'hôtel. Promenade sur

le chemin déambulatoire du Barkhor bordé d'échoppes.

#### **Jour 4 : LHASSA**

Excursion au monastère de Drepung bâti au pied de la montagne à l'extérieur de Lhassa, qui fut à son apogée le plus grand monastère bouddhiste au monde. Excursion à l'ermitage de Pabonka, niché sur le flanc du mont Parasol, et pique-nique chaud dans ce site retiré. Découverte du monastère de Sera, qui fut la troisième grande université monastique gelugpa de la région. Puis rencontre avec une famille tibétaine dans les environs de Lhassa.

#### **Jour 5 : LHASSA**

Découverte du Potala (1h), forteresse de treize étages qui domine toute la ville, aujourd'hui transformée en musée. Halte au mont Chagpori et montée au-dessus du Chorten blanc pour découvrir une vue panoramique sur ce vénérable édifice. Puis, promenade dans le parc de Norbulingka, le palais d'Été des chefs spirituels du Tibet. Cours de cuisine tibétaine traditionnelle, fabrication de momo, soupe, etc. chez l'habitant et dégustation. Après-midi consacrée au temple du Jokhang, "l'âme du bouddhisme", le plus ancien du Tibet.

#### **Jour 6 : LHASSA / GYANTSE (3 950 m)**

Route (4h) à travers de splendides paysages via le lac Yamdrok, l'un des trois plus grands lacs sacrés du Tibet. Passage du col de Kambala à 5 000 m. Haltes dans des villages. Continuation pour Gyantse (3h), ancienne étape sur les routes commerçantes du Népal et de l'Inde. Visite du Pango Chorten, stupa aux cent mille figures, et de la lamaserie de Palkorchöde, qui abrita jusqu'à seize collèges de divers courants du bouddhisme tibétain.

#### **Jour 7 : GYANTSE / SHIGATSE (3 900 m)**

Flânerie dans la vieille ville. Route (3h) pour Shigatse, seconde ville du Tibet et siège traditionnel du Panchen Lama. Halte pour découvrir une fabrique de Tsampa (selon ouverture). Visite du monastère de Tashilumpo dont la fondation remonte au XVe siècle. Promenade autour du monastère et visite du marché.

#### **Jour 8 : SHIGATSE / SAKYA / CAMP DE BASE DE L'EVEREST (5 150 m)**

Route pour Sakya (3h). Visite de son imposant monastère, fondé en 1073, siège de l'école Sakyapa. Continuation (4h) jusqu'au camp de base de l'Everest. Visite du monastère de Rongphu, monastère le plus haut du monde, qui offre une vue imprenable sur la face nord de l'Everest.

#### **Jour 9 : CAMP DE BASE DE L'EVEREST / SAGA (4 610 m)**

Journée de route (8h) qui longe le versant nord de la chaîne himalayenne. Traversée de grands espaces où l'on croise antilopes, kyangs, oiseaux variés, villages et tentes de nomades tibétains accompagnant leurs immenses troupeaux de yacks ou de moutons. La route se faufile ensuite entre le lac Pelku et la chaîne du Shishapangma, on aperçoit au loin l'Everest et le Cho Oyu (8 201 m) qui pointent vers le ciel !

#### **Jour 10 : SAGA / MANASAROVAR / DARCHEN (4 575 m)**

Route pour rejoindre le lac Manasarovar, considéré comme sacré dans les religions hindouiste, bouddhiste, jaïniste et bön. Visite du monastère de Chiu qui jouit d'un fabuleux emplacement sur la colline rocheuse. Balade au bord du lac pour admirer le sublime panorama. En fin de journée, arrivée à Darchen, point de départ des pèlerinages autour du mont Kailash.

#### **Jour 11 : DARCHEN**

Randonnée (3h) pour approcher le mont Kailash et rejoindre le monastère de Chuku. Le mont Kailash fait partie de la chaîne de l'Himalaya, il culmine à 6 714 mètres d'altitude. C'est une montagne sacrée, considérée comme le centre de l'univers bouddhiste. Tous les bouddhistes tibétains aspirent à y réaliser la kora, c'est-à-dire en faire le tour. Fin de journée libre.

#### **Jour 12 : DARCHEN / TIRTHAPURI / THOLING (3 760 m)**

Route pour Tirthapuri. En chemin, découverte de Kyunglung, vaste cité troglodytique en ruines. Exploration du chemin de kora et du monastère. Continuation pour Tholing (3h).

#### **Jour 13 : THOLING / TSAPARANG / THOLING**

Le matin, visite du monastère de Tholing. Route pour Tsaparang, visite de son immense forteresse perchée sur un rocher pyramidal qui comprend de nombreux tunnels et grottes taillés dans le rocher.

### **Jour 14 : THOLING / DUNGKAR / PIYANG / ALI (4 280 m)**

Route le matin pour rejoindre Dungkar et Piyang. Visite de ces deux sites, plus grandes grottes bouddhiques du Tibet. Route pour Ali en fin de journée.

### **Jour 15 : ALI / LHASSA (3 680 m)**

Envol matinal pour Lhasa. Journée et repas libres à Lhasa.

### **Jour 16 : LHASSA / GANDEN / DRAK YERPA (4 885 m) / LHASSA**

Excursion à Ganden et découverte de son monastère pyramidal aux délicates fresques. Pique-nique près du monastère. Puis, visite des grottes de Drak Yerpa. Le monastère attenant, de par sa haute altitude, appelle à la méditation.

### **Jour 17 : LHASSA / VOLS RETOURS**

Matinée et déjeuner libres. Envol pour la France via Chengdu.

### **Jour 18 : FRANCE**

Arrivée le matin.

## **Personnalisez votre voyage à partir du 17e jour**

### **À bord du train le plus haut du monde 3 j. / 2 n. 690 € \***

De Lhasa à l'Amdo, une occasion unique d'emprunter le train le plus haut du monde. Traversée de paysages exceptionnels du haut plateau tibétain à une altitude moyenne de 4 000 m : montagnes où paissent de grands troupeaux de yacks, ânes sauvages qui broutent le long de la voie ferrée, lacs brillant au soleil comme des pierres précieuses serties dans la roche ocre...

### **Jour 17 : LHASSA / XINING (TRAIN)**

Départ le matin, journée de train. Repas libres (prévoir des provisions pour pique-niquer à bord du train).

### **Jour 18 : XINING / PÉKIN / VOL RETOUR**

Arrivée à Xining le matin. Repos à l'hôtel. En fonction de l'heure d'arrivée du train, visites du monastère Ta'Er et du musée de médecine tibétaine. Déjeuner. En soirée, transfert à l'aéroport, envol pour Pékin et continuation pour la France. Dîner libre.

### **Jour 19 : FRANCE**

Arrivée le matin.

Option "A bord du train le plus haut du monde" 3 jours / 2 nuits à partir de 690 €

Le prix comprend : les transferts hôtel/gare/hôtel et hôtel/aéroport, le train Lhasa/Xining en 1ère classe, les vols, la chambre à disposition à l'arrivée du train à Xining avec petit déjeuner, les visites à Xining si l'horaire d'arrivée du train le permet, les services d'un guide anglophone à Xining.

Le prix ne comprend pas : les repas à bord du train et le dîner du jour 18.

Attention : le vol retour pour la France part de Xining via Pékin.

## **Hébergement**

### **Vos hôtels ou similaires**

**CHENGDU** : Tibet\*\*\*\*

**LHASSA** : Dekang\*\*\*

**GYANTSE** : Gyantsé\*\*\*\*

**SHIGATSE** : Qomo Langzong\*\*\*

**CAMP DE BASE DE L'EVEREST** : Maison d'hôtes

**SAGA** : Saga\*\*

**DARCHEN** : Himalaya Kailash\*\*\*

**THOLING** : Tulin Castle\*\*\*

**ALI** : Ali \*\*\*

---

### **Le prix comprend**

Tous les transports, les taxes aériennes et surcharges carburant (révisables, montant au 26/09/18), la pension complète (sauf 3 repas) un verre de boisson inclus, les visites mentionnées au programme, les services de guides locaux francophones, l'assurance assistance-rapatriement-bagages (intégrant les garanties épidémies/pandémies) : coût 1,5% du montant du voyage [EN SAVOIR PLUS](#).

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

Les frais consulaires et de gestion du visa, 3 repas, les pourboires et dépenses personnelles, l'assurance an

### **Conditions Particulières**

De 6 à 8 participants maximum.

Supplément chambre individuelle : 790 €

**En individuel : nous consulter**

### **Remarques :**

**Notre date de départ est actuellement sous réserve de confirmation des vols internationaux.**

**L'escale sera à Chengdu ou à Pékin selon la rotation des vols.**

Ce circuit nécessite une bonne condition physique en raison d'une altitude moyenne de 4 000 m et le passage de cols à plus de 5 000 m, de quelques longs trajets sur des routes parfois difficiles et surtout d'ascensions de marches pour la visite des monastères.

La visite du Potala est limitée à une heure.

En cas de mesure exceptionnelle (fermeture de site, interdiction d'accès, annulation des festivités...) par les autorités chinoises, un programme de remplacement vous sera proposé.