

Tibet, sur le Toit du Monde - 12 au 24 Avril 2024

(10 nuits / 13 jours)

Participants : minimum 4, maximum 10



Tsétang – Samyé – Gyantsé – Shigatsé – Camp de Base de l'Everest – Sakya -
Lhasa – Ganden – Drak Yerpa

Vendredi 12 Avril : Départ de Paris

Envol, destination la Chine ! Dîner et nuit à bord.

13 Avril : Arrivée à Chengdu ou Pékin - Tsétang ~ 1h30 de transfert. Altitude : 3500m

Arrivée à Chengdu ou Pékin, escale rapide et envol pour Lhasa. Accueil par votre guide francophone qui vous accompagnera sur l'intégralité du circuit, puis, transfert à votre hôtel. Continuez avec la visite de Yongbulakhang, sanctuaire fortifié perché sur un piton rocheux. Hotel Tsetang 4*.



14 Avril : Tsétang – Samyé - Tsétang ~ 3h de route. Altitude : 3500m

Après le petit déjeuner, route pour Samyé, fondé en 779, construit en forme de mandala, et première fondation bouddhique du Tibet. Le monastère de Samyé a été construit sur une oasis, sur un plan représentant un mandala de près de 9 hectares. Le site fut créé au 8ème siècle par le roi Trisong Détsen. Ayant subi l'influence de nombreuses sectes, le monastère est désormais de caractéristique éclectique. En effet, ces édifices sont connus pour ces mélanges de style Tibétain, Han et Indien. L'après-midi, visite du monastère de Traduk. Hotel Tsetang 4*.

15 Avril : Tsétang - Gyantsé ~ 5h00 de route. Altitude : 3950m

Départ le matin pour Gyantsé, par le superbe lac Yamdrok, un des lacs saints du Tibet. En route, visite du monastère de Mindroling. Ce grand monastère était très reconnu pour la qualité de son enseignement. Dans son enceinte, vous découvrirez la salle d'assemblée où se dresse un magnifique thanka. A l'étage supérieur, plusieurs salles exposent de superbes statues, reliques, mandalas ou encore des textes sacrés. Vue sur un joli glacier en route. Arrivée en fin d'après-midi à Gyantsé. Montée au Dzong. C'est ici qu'eut lieu la bataille décisive lors de l'invasion des Britanniques en 1904. Le fort de Gyantse offre une très belle vue sur la vallée et toute la ville de Gyantsé. Hotel Gyantse 3* ou similaire



16 Avril : Gyantsé – Shigatsé ~ 2h de route. Altitude : 3800m

Visite le matin du monastère de Pelkor, et de la vieille ville de Gyantsé. Route ensuite pour Shigatsé. Halte pour découvrir une fabrique de Tsampa. Visite du joli village de Shalu et de son monastère en chemin. Le monastère de Shalu remonte au 11ème siècle, et sa rénovation fût entreprise au 15ème siècle grâce à l'aide financière de l'empire mongol. Le style du monastère de Shalu diffère complètement de tous les autres monastères du Tibet, en raison de sa toiture de style très chinois faite de tuiles vernissées vertes et jaunes. Hotel Manasarovar 3*



17 Avril : Shigatsé ~ 2h de route. Altitude : 3800m

Visite du marché de Shigatsé, ainsi que du monastère de Tashilunbo : résidence des Panchen Lama successifs et construit par le 1er Dalai Lama au 15ème siècle, il abrite la plus grande statue en bronze du monde, qui a été construite en 1904 pour le Bouddha du futur Maitreya. Après le déjeuner, kora du monastère, 1h de marche environ, puis petit tour au marché. Hotel Manasarovar 3*

18 Avril : Shigatsé – Camp de Base de l'Everest ~ 6h de route. Altitude : 5200m

Continuez pour le monastère Rongbuk par une route splendide réputée comme l'une des plus hautes du monde (avec une moyenne de 5000 mètres d'altitude et des passages à plus de 5200 mètres). Navette pour Rongbuk, installation à la guesthouse ou en tente (confort très simple, pas de sanitaires). Visite du monastère de Rongphu et passage à Dza Rongphu. Visite du temple « le plus haut du monde » et qui offre une vue imprenable sur l'Everest (plus précisément la face nord, seulement visible depuis le Tibet). La structure est modeste et dénote avec les cités monastiques visitées auparavant mais compense largement par son charme et son authenticité. Selon disponibilité du moine, visite de la grotte du Guru

Rimpoche. Nuit en tente nomade – confort très simple. Pas de sanitaire privé.

19 Avril : Camp de Base de l'Everest – Sakya – Shigatse ~ 5h de route. Altitude : 3800m

Réveil matinal pour admirer le levé sur soleil sur l'Everest. Puis, matinal pour Sakya. Son monastère, fondé en 1073 est le siège de l'une des quatre grandes écoles du bouddhisme tibétain, l'école Sakyapa. L'architecture médiévale mongole du monastère diffère de celle des temples de Lhassa. Route retour pour Shigatse. Hotel Manasarovar 3*



20 Avril : Shigatse - Lhassa ~ 3h30 de route. Altitude : 3700m

Direction Lhassa en longeant le fleuve Brahmapoutre. Pendant les 6 heures de trajet, vous pourrez observer ce long fleuve qui parcourt le Tibet mais aussi l'Inde et le Bangladesh. En route, visite d'une fabrique d'encens artisanal. Visite de Junba, d'un village de pêcheur très connu pour ses bateaux en peau de Yack. L'après-midi, visite de l'Université monastique de Sera. Bien que très endommagée lors de l'invasion chinoise du Tibet, puis sous la Révolution Culturelle, elle a été restaurée et n'a pas perdu sa fonction d'université monastique. Elle accueille encore aujourd'hui un grand nombre de moines et de pèlerins. Hotel Dekhang 4* ou similaire.



21 Avril : Lhassa ~ Altitude : 3700m

Journée de visites à Lhassa. Dans la matinée, visite du palais du Potala, et marche (kora) autour du palais avec les pèlerins tibétains venant ici tous les jours en nombre, puis, continuez avec la visite Norbulingka, qui fut le palais d'été du Dalai Lama. Après le déjeuner, visite du monastère de Jokhang, et marche autour du monastère avec d'autres pèlerins sur le chemin du Barkhor. Hotel Dekhang 4* ou similaire.

22 Avril : Lhasa - Ganden – Drak Yerpa – Lhasa ~ 3h de route. Altitude : 4800m

La région de Lhasa regorge de vallées secrètes baignées par l'air pur des sommets himalayens, abritant monastères et villages d'éleveurs. Vous serez transférés à Ganden et découvrirez son monastère pyramidal aux délicates fresques. L'après-midi visite des grottes de Drak Yerpa. A une altitude de 4885 mètres, le monastère de Drak Yerpa a été construit comme l'un des temples de méditation par Songtsen Gampo pour sa princesse népalaise, Bhrikuti. Le monastère a été nommé d'après la vallée où il se trouvait. Plus tard, de nombreux maîtres bouddhistes sont venus ici pour la méditation. Maintenant le Drak Yerpa est devenu l'un des quatre domaines de méditation dans le Tibet. Hotel Dekhang 4* ou similaire.



23 Avril : Lhasa – Chengdu / Pékin ~ 1h de route. Altitude : 3700m

Matinée libre. Dans la matinée, transfert à l'aéroport de Lhasa pour le vol vers Chengdu (ou Pékin). Nuit à bord.

24 Avril : Paris

Arrivée à Paris.

EXTENSION TOIT DU MONDE (en option) – minimum 2 personnes

23 Avril : Lhasa – Lanzhou

Départ matinal pour la gare et train pour rejoindre Xining. Départ prévu à 11h30 (22h). Train couchette molle prévu. La ligne emprunte le col des Tangula Shankou à 5 068 mètres d'altitude, ce qui en fait la ligne la plus haute du monde. Plus de 960 km (80 % de la longueur de la ligne) se trouvent à une altitude supérieure ou égale à 4 000 mètres, et plus de 50 % de la ligne est construit en terrain gelé en permanence. Nuit à bord. Repas libres.

24 Avril : Xining - Shanghai

Arrivée à Xining à 09h18 et transfert à votre hôtel (holiday inn express xining train station) pour vous rafraichir avant de prendre l'avion (sans guide) pour Shanghai à 15h30. Arrivée à Shanghai en fin de journée à 18h30. Transfert à votre hôtel (sans guide). Nuit au Golden Tulip New Asia 4*

25 Avril : Shanghai – Paris

09h30 - Découverte des activités matinales des Chinois dans le parc Fuxing : gymnastique taoïste, danses, tracé d'idéogrammes sur le sol, Tai Ji Quan.... Continuation avec la visite de la vieille ville de Shanghai, retraçant la vie quotidienne de la Chine avant la modernisation, et faisant ainsi revivre le passé de Shanghai. Passage par le quartier du Bund, s'étendant sur plus de 1,6km le long du fleuve Huangpu, qui constitue un incroyable vestige du vieux Shanghai, autrefois appelé « Boulevard de la Révolution ». Transfert à l'aéroport en fin de journée (sans guide) . Décollage prévu à 00h10 (le 20 Septembre). Nuit à bord.



26 Avril : Paris

Arrivée prévue le matin. Fin de nos prestations.

Notre sélection d'hôtels pour votre circuit au Tibet :

Tsétang : Tsetang Hotel 4*

L'hôtel Tsédang est un complexe hôtelier moderne, de standard 4 étoiles, situé en plein centre-ville. Il se trouve en plus de cela à environ 20 minutes de marche du vieux quartier tibétain. Il s'agit de l'hôtel le plus grand de la région de Tsétang. Plus de 230 chambres sont proposés aux clients. L'équipement est complet avec entre autres télévision reliée au câble et réfrigérateur.



Gyantsé : Yeti Hotel 3*

Le Yeti Hotel est très bien situé à Gyantsé. Il est en effet tout près du quartier historique de la ville et à proximité du Monastère de Palkhor Choede et de la forteresse de Dzong. Il y a très peu de choix d'hébergement à Gyantsé et le Yeti Hotel propose un bon rapport qualité/prix. L'hôtel Yéti dispose de 34 chambres non-fumeurs. Elles ont été rénovées il y a peu. Le décor a pour thème la culture tibétaine. Le mobilier est artisanal de même que les peintures au mur et les tapis. La climatisation et le chauffage ont été installés. Une télévision est disponible dans chaque chambre.



Lhasa : Dekhang Hotel 4*

Le Dekhang est très bien situé à Lhasa, à quelques pas du Barkhor. L'hôtel à été rénové en 2018. Le décor a pour thème la culture tibétaine. Le mobilier est artisanal de même que les peintures au mur et les tapis.



Shigatse : Manasarovar Hotel 3*

L'hôtel Manasarovar a été construit en 2001 à Shigatsé. Il sert de base pour visiter les splendides monastères de la région du Tibet. Le personnel est très accueillant et ne se ménage pas pour donner des conseils sur les choses à faire dans le coin. Les chambres sont spacieuses et modernes. La jolie décoration typiquement tibétaine renforce la sensation de confort. La climatisation a été installée dans chacune des chambres. Elle peut facilement se moduler en chauffage lorsque les journées ou les nuits sont plus fraîches.

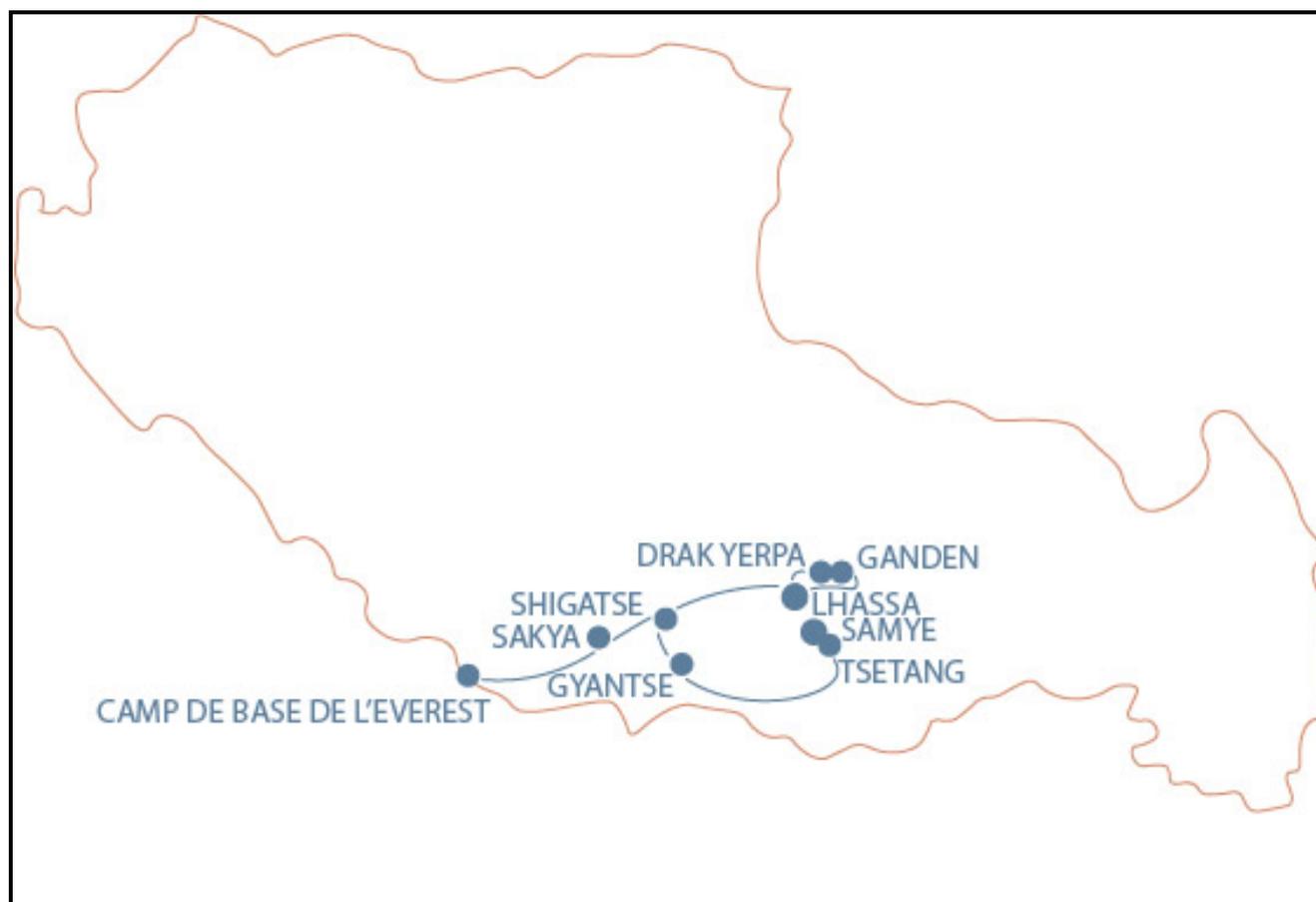


Camp de Base de l'Everest : Tente

Les tentes nomades proche du monastère de Rongphu sont probablement le meilleur hébergement des environs. Les « chambres » sont chaleureuses. Sanitaires communs pour tous. Le soir, tout le monde se rassemble dans le restaurant douillet, autour du poêle alimenté en bouses de yak.



CARTE DE VOS ETAPES AU TIBET



Soutien actions locales (29405€ reversés de 2010 à 2016) :

- . 3€ par voyageur reversés à 3 œuvres caritatives :
- Couleurs de Chine : parrainage pour la scolarisation de fillettes dans le Nord du Guangxi
- Lab Dra Khampa : aide au développement et scolarisation d'enfants à Dzongsar (Ouest du Sichuan)
- Enfants du Mékong : scolarisation d'enfants dans le Haut Yunnan
- + plantation d'un arbre par voyageur, en partenariat avec Plantons pour la planète - fondation Yves Rocher

Pour mieux nous connaître :

Site Internet de notre agence au Yunnan : www.Tibet-Roads.fr

Et de notre agence Voyageos en France : www.voyageos.fr

Plusieurs témoignages d'anciens de nos voyageurs en Chine : [Commentaires voyages Yunnan](#)

TARIFS - sur la base de 10 voyageurs maximum - INCLUSIONS et EXCLUSIONS :

Circuit Tibet : 1825€ par personne

Extension train (en option) : 520€ par personne

*(1€ = 7,80CNY)

Vols Paris Lhasa A/R : nous contacter (autour de 1400€/pers. en fonction des dates et des compagnies)

- *Acompte à la réservation de 50% des frais de voyage, par virement ou carte bancaire en France*

- *Solde 3 semaines avant le départ, à nouveau par virement ou carte bancaire en France*

Ce tarif "Circuit Tibet" comprend :

- ▶ Les hôtels de charme et standard mentionnés avec petit-déjeuner tous les jours
- ▶ Guide francophone tibétain de qualité pendant tout le voyage
- ▶ Tous les transports en minibus privé
- ▶ Le permis d'entrée pour le Tibet
- ▶ Les tickets d'entrées pour toutes les visites, activités
- ▶ Les repas du déjeuner du premier jour au repas du dernier jour avec une boisson par personne
- ▶ Paiement par carte bancaire en France, pour profiter de vos assurances de voyages offertes
- ▶ Garanties de notre agence de voyage française (assurance pro, garantie des fonds déposés)

Ce tarif "Circuit Tibet" ne comprend pas :

- ▶ Vols internationaux et domestiques
- ▶ Les frais de visa chinois (160€ par personne)
- ▶ Les pourboires aux guides et chauffeurs (50€ par personne pour l'ensemble du séjour)
- ▶ Les assurances de voyage, activités complémentaires, dépenses personnelles
- ▶ Supplément chambre individuelle si vous voyagez seul (350€, notre prix coûtant)

Programme sujet à légère modification en raison des changements d'horaires ou annulation des compagnies aériennes, de la disponibilité des guides et hôtels ou des intempéries météorologiques.



En Chine : Yunnan Roads, 219 Chuncheng Road, Kunming, Yunnan, Chine

En France : Voyageos, 19 rue Chateaubriand 22100 Dinan

