


20 mars au 6 avril  
2022

# Le Népal



**Dimanche et Lundi les 20 et 21 mars**  
 Montréal – Doha - Katmandou.

**Mardi 22 mars**  
Arrivée de nuit à Katmandou.  
Coucher à Katmandou (altitude 1 350 mètres).

**Mercredi 23 mars**  
**Visite commentée en français de Patan réputée pour son architecture Newar et Bodhanath, l'un des plus grands sanctuaires bouddhistes du monde, classée patrimoine mondial de l'UNESCO.**  
Coucher à Katmandou.

**Jeudi 24 mars**  
**Déplacement en autobus vers Pokhara.**  
**Préparation de nos effets pour le début du trek.**  
Coucher à Pokhara (altitude 900 mètres).

photo : Bandipoc

**Trekking de village en village sur le circuit Le Balcon des Annapurnas.**  
La région de l'Annapurna offre de tout : crêtes panoramiques, villages au mode de vie ancestral, cultures en terrasses, pâturages de montagne, forêts de chênes, rizières, plateaux venteux, gorges profondes et rivières tumultueuses. Sans compter ces majestueuses montagnes, les Himalayas.  
**Repas chauds matins, midis et soirs.**

**Vendredi 25 mars / niveau modéré +**  
Déplacement en autobus vers Milan Showk.  
**Randonnée de Milan Showk à Astam.**  
Distance : 5 km / dénivelé : + 425 m et – 209 m.  
Coucher à Astam (altitude 1 600 mètres).

**Samedi 26 mars / niveau intermédiaire**  
**Randonnée d'Astam à Pothana.**  
Distance : 10 km / dénivelé : + 500 m et – 210 m.  
Coucher à Pothana (altitude 1 900 mètres).

**Dimanche 27 mars / niveau modéré +**  
**Randonnée de Pothana à Landruk.**  
Distance : 10 km / dénivelé : + 330 m et - 650 m.  
Coucher à Landruk ( altitude 1 565 mètres).

Nous aurons fréquemment des escaliers à monter et descendre sur notre parcours.

**Lundi 28 mars / niveau intermédiaire**  
**Randonnée de Landruk à Ghandruk.**  
Distance : 5 km / dénivelé : + 610 m et – 240 m.  
- En fin d'après-midi : visite commentée de Ghandruk.  
*Très beau village, territoire de l'ethnie Gurung dont font partie les chasseurs de miel.*  
Coucher à Ghandruk (altitude 1 940 mètres).

**Mardi 29 mars / niveau intermédiaire**  
**Randonnée de Ghandruk à Tadapani.**  
Distance : 7 km / dénivelé : + 600 m et - 100 m.  
Coucher à Tadapani (altitude 2 706 mètres).

**Mercredi 30 mars / niveau intermédiaire**  
**Randonnée de Tadapani à Ghorepani.**  
Distance : 9 km / dénivelé + 580 m et – 540 m.  
Coucher à Ghorepani (altitude 2 750 mètres).

**Jeudi 31 mars / niveau modéré +**  
*Bien que modéré + par son dénivelé positif, une descente de 1 720 mètres augmente la difficulté de la randonnée.*  
**Randonnée de Ghorepani au Poon Hill (facultatif)**  
*Pour assister au lever du soleil sur les Annapurnas.*  
Distance : 5 km ( a-r) / dénivelé + 330 m et - 330 m.  
**Randonnée de Ghorepani à Tikhedhunga.**  
Distance : 12 km / dénivelé : + 130 m et – 1 390 m.  
Coucher à Tikhedhunga (altitude 1 540 mètres).


**Vendredi 1er avril / niveau modéré +**  
**Randonnée de Tikhedhunga à Nayapul.**  
Distance : 9 km / dénivelé : + 180 m et – 600 m.  
Déplacement en autobus vers Pokhara.  
Coucher à Pokhara

**Samedi 2 avril**  
**Temps libre à Pokhara.**  
Coucher à Pokhara

**Dimanche 3 avril**  
Déplacement en autobus vers **Bandipur** *perché le long d'une crête et qui a gardé une saveur séculaire encore intacte nous plongeant dans des temps reculés ou rien ne semble avoir changé.*  
Coucher à Bandipur

**Lundi 4 avril**  
Déplacement vers Katmandou avec arrêt en cours de route pour une **visite d'une ferme de production de vers à soie.**  
Coucher à Katmandou

**Mardi 5 avril**  
**Temps libre à Katmandou**  
**En soirée : déplacement vers l'aéroport**

**Mercredi 6 avril**  
 Katmandou – Doha – Montréal

**Hébergement / chambres à deux lits**  
- en hôtel à Pokhara et Katmandou / chambre de bain privée  
- en guesthouses durant le trek / chambre de bain à l'étage.



Photo : Bijaya Kumar

**RANDO  
PLEIN AIR**.COM  
permis du Québec

Tél : 514-252-3330  
4545 Pierre-de Coubertin  
Montréal H1V 0B2  
randopleinair.com

randopleinair.com

Coupon d'inscription  
Téléphonez-nous 514-252-3330 ou postez

**Népal 20 mars au 6 avril 2022**

Prénom apparaissant sur le passeport :

\_\_\_\_\_

Nom apparaissant sur le passeport :

\_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Apt. \_\_\_\_\_ Ville : \_\_\_\_\_

Code postal : \_\_\_\_\_

Courriel : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Téléphone 1 \_\_\_\_\_

Téléphone 2 \_\_\_\_\_

Date de naissance ( jj / mm / aaaa ) :

\_\_\_\_\_

Nationalité \_\_\_\_\_

No passeport :

\_\_\_\_\_ exp. \_\_\_\_\_

(JJ/MM/AA)

\_\_\_\_\_ exp. \_\_\_\_\_

(JJ/MM/AA)

Nom d'une personne-contact :

\_\_\_\_\_

Téléphone 1 \_\_\_\_\_

Téléphone 2 \_\_\_\_\_

Bottes requises

Intolérance au gluten oui  non

## Coût du voyage : 3 950\$ + le billet d'avion

Prenez-vous le transport aérien avec nous?

Oui  Coût \_\_\_\_\_ Non

\_\_\_\_\_

Le prix comprend le transport terrestre, l'hébergement, les déjeuners, tous les repas durant le trek (26 mars au 1er avril), le transport des bagages durant le trek, le guide de RPA et les guides népalais, les frais d'entrée dans les parcs, les visites prévues au programme, les pourboires et les taxes.

Le prix ne comprend pas le transport aérien, les frais de visa, les repas non mentionnés ci-dessus, les frais d'enregistrement des bagages si applicables.

Dépôt: 15% au moment de l'inscription \_\_\_\_\_

**Ce dépôt est non remboursable après le 20 novembre**

Payable par carte de crédit ou par chèque à l'ordre de  
**Rando Plein Air**

Numéro de carte de crédit :

\_\_\_\_\_

Date d'expiration (mm/aa) : \_\_\_\_\_

Détenteur-trice de la carte : \_\_\_\_\_

### Solde dû le 9 janvier

Désirez-vous que le solde soit automatiquement prélevé sur votre carte de crédit? Oui  Non

## Politique d'annulation

- dépôt non remboursable après le 20 novembre
- 100% non remboursable après le 9 janvier

## Assurance

Avez-vous une assurance médico-hospitalière?

oui  non

Avez-vous une assurance annulation?

oui  non

**Ne partez pas en voyage sans assurance.**

Aussi vérifiez bien auprès de votre compagnie d'assurance que vous serez entièrement remboursé-e si vous deviez annuler votre voyage pour cause de maladie ou autres...

### Importance d'une Assurance Évacuation

Durant nos huit jours de trek, du 27 mars au 3 avril, tous les déplacements se font sans route et sans auto, à pied ou à dos de mulet. Dans de telles conditions si jamais une évacuation s'avérait nécessaire les coûts pourraient être élevés. Vérifiez si votre police d'assurance inclut l'assurance évacuation

**Réservé à l'administration**

cour \_\_\_\_\_  
rp \_\_\_\_\_

Désirez-vous une chambre seule à Katmandou et Pokhara?

non  oui  coût \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## Effets à emporter

- Passeport (valide au moins 6 mois après l'entrée au pays)
- Photocopie couleur du passeport à remettre à la rencontre préparatoire.
- 2 photos couleur, dimension passeport népalais avec la date indiquée au dos des photos (**dont une à remettre à la rencontre préparatoire**)
- Formulaire d'application pour le Visa népalais. Ce formulaire vous sera remis à la rencontre préparatoire
- Bottes de randonnée
- Sac à dos d'un jour (de 25 à 30 litres)
- Sac de couchage (- 5 C) pour le trek de 8 jours. Possibilité d'en louer
- Bâtons de marche (recommandés)
- Shorts, T-shirts
- Pantalons amples et légers
- Chandail de laine et / ou veste polaire
- Imperméable (haut et bas)
- Manteau sport
- Manteau duvet pour le soir (*il est possible d'en acheter à Kathmandu*)
- Chaussettes
- Chapeau de soleil
- Crème solaire
- Produits de toilette
- Débarbouillette / serviette
- Votre numéro de police d'assurance
- Médicaments personnels

**Vaccins recommandés**  
Les cliniques du voyageur sont habituellement très occupées et ont une liste d'attente. Aussi **ne tardez pas à prendre un rendez-vous** car dans certains cas cela peut prendre 4 semaines avant d'en obtenir un.  
Voici les vaccins habituellement recommandés par celles-ci :  
Hépatite A  
Hépatite B  
Tétanos

## Rencontre préparatoire

Quelques semaines avant le départ, une rencontre préparatoire aura lieu où vous aurez l'occasion de rencontrer vos guides et de discuter des détails du voyage. Nous vous aviserons de la date.