

18 oct. au  
2 nov 2025

# Saveurs du Népal



Credit photo : RPA

## **Samdi et dimanche les 18 et 19 octobre**

 **Montréal – Katmandou** avec correspondance

## **Lundi 20 octobre** / niveau promenade

- Arrivée à Kathmandou en matinée  
- En après-midi : depuis l'hôtel marche vers le marché local Asan make., *Ici, se rendent chaque matin de nombreux cultivateurs qui descendent de la montagne pour vendre leurs fruits et légumes.*

**Coucher à Katmandou** (altitude 1350 m)

## **Mardi 21 octobre**

Déplacement vers la petite ville **Kirtipur** construite à flanc de montagne. *Flâner dans les ruelles permet une immersion dans la culture Newar.*

Déplacement vers Pharping avec arrêt en cours de route à la grotte de Yanglesheu honorée par les bouddhsites

**Coucher Pharping** (altitude 1400 m)

*Souper inclus*

## **Mercredi 22 octobre** / 7 kms / dénivelé + 400 mètres

En avant-midi: **Randonnée de Pharping vers le Nepal Jonang Buddhist Institute**

En après-midi: **Visite des lieux / école et activités des jeunes étudiants tibétains**

**Coucher à Pharping** (altitude 1800 m)

*Dîner et souper inclus*

## **Jeudi 23 octobre** /

Au choix 7 kms ou 14 kms / dénivelé +100 mètres

Déplacement vers Nagarkot

**Randonnée de Nagarkot vers Jaharsing Pauwa via Kartike Banjyang.** *Vous entamez une randonnée qui alterne entre forêts de pins, villages et champs en terrasse. Cela permet d'avoir un aperçu de la vie rurale de la région.*

**Coucher à Nagarkot** (altitude 1900 m)

## **Vendredi 24 octobre** / 14 kms / dénivelé + 200 m et – 400 m

Profitez de la vue exceptionnelle de votre hôtel pour voir se lever le soleil.

**Randonnée de Nagarkot à Changu Narayan**

*Certains disent que par temps très découvert, on peut voir le Mont-Everest! mais d'autres montagnes toutes aussi prestigieuses s'offrent aussi à vous ainsi que la vallée de Katmandou*

*Dîner inclus*

**Nuitée à Bhaktapur** (altitude 1401 m)

## **Samedi 25 octobre**

**Visite de Bhaktapur**, citée royale datant du XIII<sup>ème</sup> siècle  
*Votre guide vous fait découvrir la cité de Bhaktapur et son dédale de petites ruelles qui mènent toutes à de petits bijoux. Ainsi, vous voyez travailler les ébénistes dans leurs ateliers et permettent à l'architecture Newar d'être unique au monde avec ses balcons et fenêtres sculptés en bois...*

**Coucher à Bhaktapur**


## **Dimanche 26 octobre** / 8 kms / dénivelé - 430 mètres

**Déplacement vers Balthali**, où la vie traditionnelle y est encore préservée offrant ainsi une vision d'ensemble des habitudes et du mode de vie népalais.

**Randonnée de Balthali vers Panauti via Khopasi**

**Coucher à Kathmandu** (altitude 1350 m)

## **Lundi 27 octobre** / 3 kms / dénivelé 220 mètres

 **Vol du matin vers Pokhara (30 min)**

En après midi: **Randonnée au Stupa de la Paix** qui surplombe le lac Fewa et permet de découvrir la vallée de Pokhara face à la chaîne himalayenne.

**Coucher à Pokhara** (altitude 822 mètres)

## **Mardi 28 octobre** / 11 km / dénivelé -150 mètres

**Randonnée de Sarangkot à Naudanda**

*Plusieurs des sommets e 8 000 mètres et plus sont à portée de vue lors de cette randonnée. Vous traversez de petits villages et voyez l'activité des villageois en cette période de récoltes.*

**Coucher à Pokhara**

## **Mercredi 29 octobre** / 9 kms / dénivelé + 620 m et - 180 m)

**Randonnée de Phedi à Astam sur le circuit Le Balcon des Annapurnas.** Crêtes panoramiques, villages au mode de vie ancestral, cultures en terrasses et ses majestueuses montagnes, les Himalayas.

**Coucher à Astam** (altitude 1500 m)

*Dîner et souper inclus*

## **Jeudi 30 octobre** / 5 kms / dénivelé + 210 m et -425 m


**Randonnée de Astam à Milan Chowk**

Déplacement vers Pokhara

**Coucher à Pokhara** (altitude 822 mètres)

*Souper inclus*

## **Vendredi 31 octobre**

 **Vol du matin de Pokhara à Katmandou**

À **midi**, un cours de cuisine vous permettra d'apprendre à faire les momos népalais que vous aurez certainement déjà savourés.

*Dîner inclus*

**Coucher à Kathmandu**

## **Samedi 1<sup>er</sup> novembre**

En avant-midi : votre guide vous accompagne jusqu'au Stupa de Swayambhunath, berceau de la civilisation népalaise.

*Dîner inclus*

En après-midi : **déplacement vers l'aéroport**

 **Kathmandu – Montréal** avec correspondance

## **Dimanche 2 novembre**

Arrivée à Montréal



**RANDO  
PLEIN AIR**.COM

1150 Boul. Saint-joseph Est  
Bureau 300  
Montréal H2J 1L5  
Tél : 514-252-3330

randopleinair.com

# Le Népal

18 octobre au 2 nov. 2025

Inscrivez-vous en communiquant

avec Rando Plein Air

514-252-3330

info@randopleinair.com

## Effets à emporter

- \* **Passeport** (valide au moins 6 mois après l'entrée au pays)
- \* **Bottes de randonnée**
- \* **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*
- \* **Sac à dos** d'un jour d'environ 25 litres
- \* **Gourde d'eau**
- \* **Bâtons de marche** (recommandés)
- \* **Pantalons** amples et légers
- \* **Chandail** de laine et / ou veste polaire
- \* **Imperméable** (haut et bas)
- \* **Manteau sport**
- \* **Votre numéro de police d'assurance**

## Politique d'annulation

- dépôt non remboursable après le **2 mai**
- 100% non remboursable après le **25 juin**



## Coût du voyage : 4 500 \$ + le transport aérien

**Le prix comprend** le transport terrestre, l'hébergement, les déjeuners, 9 repas, les frais d'accès aux pistes, les visites prévues au programme, les guides, les pourboires et les taxes.

**Le prix ne comprend pas** le transport aérien, les repas non mentionnés ci-dessus, les frais de Visa et les frais d'enregistrement des bagages si tel est le cas.

## Dépôt : 15% au moment de l'inscription

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

**Solde dû le 25 juin**

## Rencontre préparatoire

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

## 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 quatre semaines avant d'en obtenir un.

Voici les vaccins habituellement recommandés par celles-ci :

Hépatite A et B  
Tétanos

## Assurance Voyage

Vérifiez auprès de votre compagnie d'assurance si vous serez entièrement remboursé-es en cas d'annulation ou d'interruption de votre voyage. Le nom de votre compagnie d'assurance sera demandé au moment de votre inscription