

## **Trek du camp de base de l'Everest**

**17 Jours/ 14 Nuits**

**Min 4 – Max 12 participants**



## ATOUTS DU CIRCUIT

- Petit comité de 4 à 12 participants
- Guide accompagnateur anglophone
- Un trek mythique
- Des vues imprenables sur les plus hautes et belles cimes de la planète
- Le lever de soleil sur l'Everest
- La vue sur le glacier du Khumbu et sa cascade de glace
- La rencontre avec le peuple Sherpa

## ITINERAIRE EN BREF

<b>Jour 1</b>	<b>Bruxelles – vol pour Katmandou</b>
<b>Jour 2</b>	<b>Arrivée à Katmandou</b>
<b>Jour 3</b>	<b>Katmandou - Ramechhap</b>
<b>Jour 4</b>	<b>Ramechhap - Lukla - Phakding</b>
<b>Jour 5</b>	<b>Phakding - Namche Bazaar</b>
<b>Jour 6</b>	<b>Namche Bazaar</b>
<b>Jour 7</b>	<b>Namche Bazaar - Tengboche</b>
<b>Jour 8</b>	<b>Tengboche - Pheriche</b>
<b>Jour 9</b>	<b>Pheriche - Lobuche</b>
<b>Jour 10</b>	<b>Lobuche - Gorakshep</b>
<b>Jour 11</b>	<b>Gorakshep - Dingboche</b>
<b>Jour 12</b>	<b>Dingboche - Kenjoma</b>
<b>Jour 13</b>	<b>Kenjoma - Monjo</b>
<b>Jour 14</b>	<b>Monjo - Lukla</b>
<b>Jour 15</b>	<b>Lukla - Ramechhap - Katmandou</b>
<b>Jour 16</b>	<b>Départ de Katmandou</b>
<b>Jour 17</b>	<b>Arrivée à Bruxelles</b>

## VOTRE PROGRAMME DETAILLE

<b>Jour 1</b>	<b>Bruxelles – vol pour Katmandou</b>
Enregistrement pour les vols de Bruxelles vers Katmandou avec Qatar	
<b>Jour 2</b>	<b>Arrivée à Katmandou</b>
	<p>Après avoir franchi l'immigration, récupéré vos bagages et passé la douane, dirigez-vous vers la sortie de l'aérogare où vous verrez des personnes qui vous attendent. Parmi eux se trouvera votre chauffeur qui vous attendra et vous accompagnera à l'hôtel.</p> <p>L'ancienne ville de Katmandou fût construite par la fille de l'empereur Ashoka dans le IIIème siècle. Katmandou a été la capitale de plusieurs dynasties comme des Licchavis, des Guptas, des Shahs et des mallas. Elle abrite encore de nombreux palais ainsi que de nombreux temples et statues hindous. Découvrez cette ville unique et spirituelle, et plongez-vous dans son histoire. libre pour le reste de la journée. Possibilité de se rendre à Thamel, le meilleur centre touristique et commercial du Népal.</p> <p>Votre chauffeur vous accueille à l'aéroport et vous conduit vers le centre-ville de Kathmandou. Découvrez cette ville unique et spirituelle, et plongez-vous dans son histoire.</p> <p>Nuit à l'hôtel Utse.</p>
<b>Jour 3</b>	<b>Katmandou - Ramechhap</b>
<p>Vous prenez la route en direction de Ramechhap, village de montagne. Ici se trouve le petit aéroport d'où vous prendrez un vol le lendemain matin vers Lukla.</p> <p>Nuit à l'hôtel Ramechhap lodge.</p>	
<b>Jour 4</b>	<b>Ramechhap – vol pour Lukla - Phakding</b>
<p>Vol domestique de Ramechhap à Lukla. Dénivelé : + 300 m</p> <p>L'aventure commence. Des hordes de porteurs, cuisiniers, guides, chevaux et yaks, chargent et déchargent des vivres dans de très lourds baluchons. Au milieu de cette ferveur et de cette agitation, démarrez en douceur par quelques heures de marche le long de la rivière Dudh Kosi pour arriver jusqu'au village de Phakding (2610m).</p> <p>Nuit en Lodge.</p>	

Jour 5	Phakding - Namche Bazaar
	<p>Dénivelé : + 830 m</p> <p>Vous remontez la rivière Dudh Kosi par un excellent sentier. Les premiers sommets du Khumbu apparaissent. Quelques portions raides dans la forêt. Hameaux traditionnels et champs en terrasses avant d'atteindre la bourgade de Namche Bazar (3445m), capitale du Khumbu située au carrefour de plusieurs vallées. Nombreux sont les Tibétains qui franchissent la frontière avec les caravanes de yaks chargés de thé chinois, de vêtements, de sel, pour vendre leurs produits lors du marché hebdomadaire.</p> <p>Nuit en Lodge.</p>
Jour 6	Namche Bazaar
<p>Journée d'acclimatation à Naamche Bazar.</p> <p>Après une bonne nuit de sommeil, profitez de la capitale Sherpa et faites vos derniers achats pour votre expédition. Cette journée est très importante pour votre Trek, afin de bien vous adapter à l'altitude. Partagez un célèbre thé au beurre salé tibétain avec votre équipe Sherpa. Vous découvrirez au cours de votre Trek un monde sherpa plus méditatif et solitaire. Pour ceux qui le souhaitent, vous pouvez marcher jusqu'à Sengboche ou Thamo.</p> <p>Nuit en Lodge.</p>	
Jour 7	Namche Bazaar - Tengboche
	<p>Dénivelé : + 420 m / - 270 m</p> <p>Vous prenez un sentier en balcon descendant doucement vers la rivière que vous traversez finalement au hameau de Phunki (3250m) avant une montée raide en direction du célèbre monastère de Thyangboche (3867 m), le plus grand monastère bouddhiste du pays sherpa. Magnifiques vues sur le Tamserku, le Kangtenga, l'Ama Dablam et la grande chaîne himalayenne, composée entre autres par le Nuptse, le Lhotse et l'Everest.</p> <p>Nuit en Lodge.</p>

<b>Jour 8</b>	<b>Tengboche - Pheriche</b>
Dénivelé : + 560 m / - 100 m	
Montée lente et régulière dans la vallée du Khumbu jusqu'à Pangboche, le village dominé par l'Amadablan. Nous longeons ensuite la rivière Inija en passant par Shomare avant de longer la rivière Lobuche jusqu'au village de Pheriche.	
Nuit en lodge.	
<b>Jour 9</b>	<b>Pheriche - Lobuche</b>
	Dénivelé : + 640 m
	Nous commençons la journée par une marche facile. Au bout d'une heure, le sentier monte doucement jusqu'au col de Thokla (4830 m) où se trouve des Chortens en mémoire des morts lors de l'ascension de l'Everest. Le sentier est ensuite rocailleux jusqu'au village de Lobuche.
	Nuit en Lodge.
<b>Jour 10</b>	<b>Lobuche - Gorakshep</b>
Dénivelé : + 230 m / - 50 m	
Nous longeons le glacier du Khumbu. La montée est relativement facile jusqu'au village de Gorakshep, dernier bastion de vie dans le haut de la vallée du Khumbu. Nous laissons nos affaires au lodge et déjeunons. Nous repartons dans l'après-midi en direction du camp de base de l'Everest que nous atteindrons en une petite heure. Retour à Gorakshep où nous passerons la nuit.	
Nuit en Lodge.	
<b>Jour 11</b>	<b>Gorakshep - Dingboche</b>
Dénivelé : + 460 m / - 1250 m	
Vous partez tôt le matin pour profiter d'une vue à couper le souffle sur l'Everest depuis le sommet du Kala Patthar. que vous atteignez après une petite heure et demi d'effort. Vous vous trouvez alors au	

coeur d'un immense amphithéâtre entouré des plus hauts et prestigieux sommets du monde dans l'univers minéral de la haute montagne avec directement face à vous l'Everest, le Lhotse et le Nuptse. Vous redescendez sur Gorak Shep pour récupérer vos affaires avant de poursuivre votre descente sur Dingboche pour y passer la nuit.  
Nuit en Lodge.

## Jour 12 | Dingboche - Kenjoma



Dénivelé : - 810 m

Levé matinal. Le sentier descend doucement face à l'Ama Dablam. Vous passez par Pangboche, certainement le plus charmant village de Khumbu. Puis, vous marchez le long de la rivière Imja Khola. Changement de décors, vous retrouvez la végétation du Khumbu ainsi que des monastères. Arrivé à Tengboche, vous visitez son célèbre monastère, principal centre bouddhiste de la région. Vous reprenez le chemin jusqu'à Kenjoma (3550 m).

Nuit en Lodge.

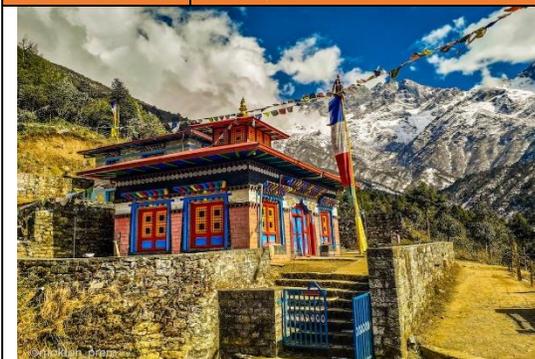
## Jour 13 | Kenjoma - Monjo

Dénivelé : - 830 m

Vous regagnez la ville étape sherpa de Namche Bazar. Vous souriez en observant l'agitation des nouveaux arrivants et vous vous surprenez à ressentir une certaine note de nostalgie face à cette excitation d'avant départ. Vous n'êtes plus le même qu'à votre arrivée, vous avez réussi l'un des plus beaux Treks au monde. Il vous faut cependant encore regagner l'aéroport de Lukla. Vous descendez à travers pins et rhododendrons. Traversez le village Phungi Tanka et ses nombreux moulins à prières qui tournent dans l'eau du torrent. Vous arrivez à Monjo (2835 m) dans l'après-midi.  
Nuit en Lodge.



## Jour 14 | Monjo - Lukla



Dénivelé : + 200 m / - 200 m

Aujourd'hui, après un dernier petit effort, vous rejoignez la ville de Lukla (2600 m) via le village de Phakding. Lukla est l'ultime étape de votre trek. Vous dites au revoir à votre guide et porteur sherpa avec qui vous avez partagé tant de merveilleux moments et les remerciez chaleureusement.

Nuit en Lodge.

<b>Jour 15</b>	<b>Lukla – vol pour Ramechhap - Katmandou</b>
Vol domestique de Lukla à Ramechhap puis transport privé de Ramechhap à Katmandou. Nuit à l'hôtel Utse.	
<b>Jour 16</b>	<b>Départ de Katmandou</b>
Transfert privé de Katmandou vers l'aéroport de Katmandou. Réveillez-vous et profitez au maximum du temps qu'il vous reste dans ce merveilleux pays qu'est le Népal. Promenez-vous et imprégnez-vous une dernière fois de l'ambiance de Katmandou. Appréciez les sourires de gens autour de vous, des architectures si originales, des senteurs plus envoûtantes les unes que les autres. En fonction de vos horaires de vols, votre chauffeur vous conduit à l'aéroport. L'occasion de vous remémorer tous les souvenirs accumulés durant ce circuit.	
<b>Jour 17</b>	<b>Arrivée à Bruxelles</b>
<b>Arrivée à Bruxelles. Fin de nos services.</b>	

Les itinéraires sont donnés à titre indicatif. Ils peuvent être modifiés par le guide en cours de circuit, compte tenu des conditions climatiques du moment, de critères techniques locaux et de cas de force majeure inhérent à chaque province visitée.

<b>Prix du voyage, à partir de</b> 2.894€/ personne sur base d'une chambre double ou twin +66€ pour la chambre individuelle -60€ pour les réservations avant 31/01/2023
--

Note : le prix du voyage est changé en fonction de la disponibilité des vols à la réservation

Dates de départ	
05/05/2023	03/11/2023
06/10/2023	

## LE PRIX DE VOTRE VOYAGE COMPREND :

- Vols en classe ECO selon disponibilité à la réservation avec Qatar/Turkish Airlines,...
- Taxes et supplément carburant au 06/07/2022
- L'assistance de nos experts voyages 24h/24, 7j/7.
- L'accueil par votre expert voyage ou de notre représentant à votre arrivée à l'aéroport.
- Les transferts et transports terrestres en véhicule privé avec chauffeur.

# Saveurs du Voyage

LicA5862

- Les vols domestiques (prix soumis à modifications en fonction du remplissage. Les horaires des vols domestiques peuvent être retardés ou modifiés sans préavis).
- Le logement, ou établissement similaire, comme mentionné au programme dans une chambre double / simple / twin (avec des lits jumeaux) / triple (chambre double avec lit supplémentaire d'appoint) / familiale.
- Les petits déjeuners à l'hôtel.
- Les activités notées "incluses" telles que décrites dans le programme, la plupart du temps, accompagnées d'un guide local anglophone.
- N'inclus pas tout autre élément non mentionné dans le devis.
- Un guide de trekking anglophone.
- Un porteur pour 2 personnes en trekking au Népal – 15 kg maximum par porteur.
- Le logement en lodge (confort basique, pas de repas compris).
- Taxes et TVA locales
- Fonds de Garantie de notre agence de voyages.



## LE PRIX DE VOTRE VOYAGE NE COMPREND PAS :

- Autres repas ou boissons que ceux proposés dans le programme
- Assurances de voyage ou assistance et bagages : plus d'information sur notre site web <https://www.saveursduvoyage.com/fr/assurances>
- Dépenses personnelles, liste non exhaustive.
- Pourboires pour le guide et chauffeur
- Augmentation du taux de change entre euros et dollar
- Tout ce qui n'est pas inscrit dans la rubrique "le prix de votre voyage comprend".