



## TAMANG HERITAGE

Vous irez à la découverte de la vallée de Rasuwa ouverte au tourisme très récemment. Les Tamangs portent encore leurs costumes traditionnels et sont de fervents bouddhistes. Les lodges n'ont pas encore envahi les chemins. Vous logerez donc chez l'habitant. Les villageois se sont organisés pour proposer des « chambres d'hôtes », à la népalaise. **Hors des sentiers battus**

**Altitude max : 3 165m**

**Saison : Octobre/Novembre Février-Mai**

**Difficulté : Avec un peu de pratique de la randonnée**



**5 jours de trek Lodge  
Chez l'habitant**



**Tourist bus**

### Itinéraire :

: Arrivée à Kathmandu, *accueil et transfert à l'hôtel. Nuit hôtel*

**1 Jour : Kathmandu - Syabrubensi** 🕒 9



Pour Syabrubensi (1 400m)

**2 Jour : Syabrubensi (1 400m) - Gatland (2 238m)** 🕒 4

Par la piste, nous montons vers les premiers villages Tamangs. Nuit dans le lodge communautaire du village.

**3 Jour : Gatland (2 238m) - Tatopani (2 600m)** 🕒 5

Après être revenu sur vos pas, vous traverserez le village de Chimile avant de rejoindre Tatopani (eaux chaudes en népalais). Avant le séisme de 2015 il y avait des sources chaudes à Tatopani. Elles sont maintenant à Chimile, mais pas encore utilisables !

**4 Jour : Tatopani (2 600m) - Nagtali - Thuman (2 330m)** 🕒 5.30

Magnifique panorama sur les montagnes à Naghtali (3 100m) où vous prendrez le déjeuner avant de partir pour le beau village de Thuman.

**5 Jour : Thuman (2 300m) - Bridim (2 300m)** 🕒 6

Une belle descente, suivie d'une belle montée et vous serez au beau village tibétain de Bridim et son monastère. Nuit chez l'habitant.

**6 Jour : Bridim (2 300m) - Syabrubensi (1 400m)** 🕒 6/7

La journée sera un peu longue, mais agréable à travers les villages et cultures.

**7 Jour : Syabrubensi - Kathmandu** 🕒 9



pour Kathmandu *Nuit hôtel*



**: Transfert à l'aéroport.**

- \*\*\* Possibilités de quelques jours supplémentaires, a Nagtali par exemple. Nous contacter
- \*\* Vous pouvez aussi continuer sur le lac de Gosaikund ou sur Kangjing Gumpa. Voir les itinéraires.

- Trek possible en solo avec un guide qui porte votre sac
- **Guide francophone** *En supplément*
- **Transport privé possible départ/retour de trek** *En supplément*
- **Transferts aéroport** *En supplément*
- **Visites culturelles** *En supplément*
- **Hôtels** Namtso Rest house (Avec salle de bain/WC dans la chambre sans petit déjeuner/ Thamel)  
Prince (salle de bain/WC avec petit déjeuner / Chetrappati / 2\*)  
Mandala Boutique (salle de bain/WC avec petit déjeuner/ Chetrappati /3\*)  
Mi Casa (salle de bain/WC avec petit déjeuner/ Thamel /3\*)  
Kantipur Temple (salle de bain/WC avec petit déjeuner/Thamel /3\* charme)



2 : A partir de 485 € / personne

6 : A partir de 400 € / personne

- **En supplément**

Les prix peuvent varier en fonction du taux de change entre l'euro et la devise locale ainsi que les taxes gouvernementales et sont donnés à titre indicatif. Nous vous proposerons un devis <<sur mesure>> dès que vous serez en contact avec nous.

**Compris :**

- Transports locaux mentionnés au programme.
- Lodge avec pension complète pendant le trekking (petit déjeuner/repas et diner végétariens, choisis parmi les propositions de votre guide /1 boisson chaude par repas)
- Permis (carte TIMS) et entrées parcs nationaux
- Guide anglophone (ou francophone avec supplément), sherpas (à partir de 6 personnes sur cet itinéraire ou sur demande de votre part à partir de 4/ 2 sherpas à partir de 8), porteurs (1 porteur se charge de 2 sacs d'un poids total maximum de 28kg)
- Assurance, transport, gîte et couvert pour l'équipe locale

**A votre charge :**

- Séjour repas à Kathmandu
- Bouteille d'eau, boissons alcoolisées et sodas pendant le trek
- Douche chaude et recharge de batteries
- Équipement personnel (duvet, etc.)
- Pourboires
- Vol international
- Visa népalais
- Assurance personnelle Très important : Soyez sûr que votre assurance couvre, dans le cas d'accident, tous les frais médicaux, coût d'évacuation par hélicoptère et rapatriement



Si vous souhaitez prolonger votre séjour, nous pouvons vous proposer d'autres activités et nous charger de les organiser pour vous :

Des séjours dans le Terai à Chitwan ou Bardia, découverte de Bhaktapur, Bandipur, de la vallée de Kathmandu ou du rafting et canoning ou des cours de cuisine ou de Yoga, un survol de l'Himalaya ou en ULM à Pokhara

Voir nos propositions détaillées sur le site

**Agence : PARFUM DU NEPAL Trekking & Expedition (P).L.T.D**

**Email: [info@parfumdunepal.com](mailto:info@parfumdunepal.com) Website: [www.parfumdunepal.com](http://www.parfumdunepal.com)**