

Promovacances

FRAM



CIRCUIT

NEPAL

DEMEURE DES DIEUX

Du 13 au 22 Novembre 2025

10 jours / 07 nuits

2295€

NEPAL DEMEURE DES DIEUX



Découvrez un foisonnement de palais, pagodes, stupas et sanctuaires hindous inscrits au patrimoine mondial de l'UNESCO, qui vous attendent dans la vallée de Kathmandu. Une flore et une faune admirablement préservées et une extraordinaire diversité à Pokhara et dans la région du Terai, au cœur de la réserve de Chitwan. Cette palette contrastée de la richesse naturelle et culturelle népalaise est le gage d'un dépaysement assuré dans le cadre grandiose de la chaîne himalayenne.

NEPAL DEMEURE DES DIEUX



JOUR 1

Sens – Paris -
Kathmandu



JOURS 2&3

Kathmandu



JOUR 4

Kathmandu
Pokhara
210km
Env 06 heures de route



JOUR 5

Pokhara

NEPAL

DEMEURE DES DIEUX



JOUR 6

Pokhara
Chitwan
160 km

Env. 4/5 heures de route



JOUR 7

Chitwan



JOUR 8

Chitwan
Kathmandu
170 km

Env 5/6 heures de route



JOUR 9

Kathmandu - Paris

NEPAL

DEMEURE DES DIEUX



JOUR 10

Paris – Sens



NEPAL

DEMEURE DES DIEUX

JOUR 1

Départ de Sens en autocar direction l'aéroport.
Rendez-vous au comptoir de notre assistance à l'aéroport.
Aide aux formalités d'enregistrement et d'embarquement.
Décollage à destination de **KATHMANDU**.
Repas, film et nuit dans l'avion.

JOUR 2

Arrivée à Kathmandu et accueil par votre guide.

Partez à la découverte de la capitale du pays, **Kathmandu**, qui apparaît comme un enchevêtrement de temples, de sanctuaires et de pagodes : maisons de briques aux balcons de bois sculpté et décors de bronze, cours et arrières cours abritant des oratoires, des temples... La ville est réputée dans tout le pays pour son artisanat de statues en bronze représentant le panthéon hindou et dont les traits des visages sont finement surlignés d'or.



NEPAL

DEMEURE DES DIEUX

Le matin, visite de **Bodnath, haut-lieu du Bouddhisme népalais et tibétain**. Ce lieu de pèlerinage accueille en effet chaque année des millions d'adeptes venant de toutes les routes d'Asie. Le site marque par son immense stupa blanc haut de près de 40 mètres et orné des « yeux du Bouddha », lequel passe pour être le plus ancien reliquaire du Népal après Swayambunath.

Déjeuner dans un restaurant local en cours de visite.

Continuation vers **Pashupatinath** en traversant la forêt où méditent ascètes et yogis. Pashupatinath est l'un des lieux de pèlerinage hindous les plus vénérés et anciens du Népal. L'ensemble de temples réunis autour du grand sanctuaire de Shiva dessine une véritable ville sainte. Baignée par la rivière Bagmati, dont les eaux apportent la délivrance, Pashupatinath mérite en cela son surnom de « **Bénarès du Népal** ».

Installation à votre hôtel.

Dîner et nuit à l'hôtel.



NEPAL

DEMEURE DES DIEUX

JOUR 3

Petit-déjeuner à l'hôtel.

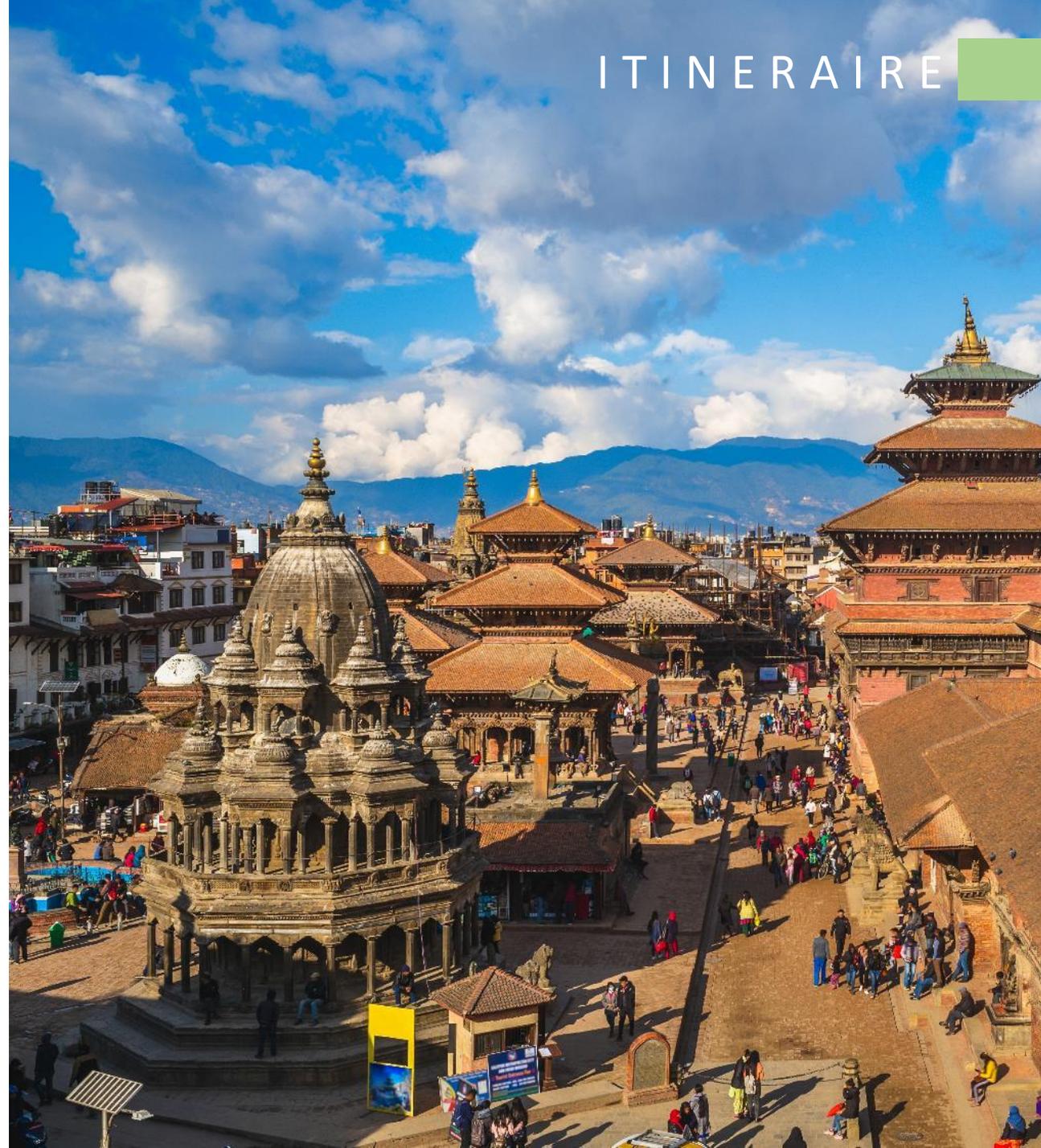
Excursion à Patan, surnommée « la ville aux mille toits dorés », ancienne cité royale déployant son enchevêtrement de ruelles au décor de théâtre : demeures de briques aux balcons de bois sculpté, cours et arrière-cours abritant des oratoires et temples hindouistes et bouddhistes. Visite du **Durbar Square**, du Temple de Krishna, veillé par son véhicule, l'aigle Garuda, du sanctuaire de Mahabuddha dont chaque pierre est ceinte d'une représentation de l'Eveillé. La ville est également réputée pour la qualité de son artisanat de statues en bronze rehaussées d'or représentant les grands dieux du panthéon hindou.

Déjeuner dans un restaurant local.

Retour à Kathmandu et visite de **Swayambunath**, duquel vous jouirez d'un magnifique panorama sur Kathmandu. D'une antiquité de plus de 2 millénaires, **Swayambunath est l'un des stupas les plus connus et les plus vénérés du monde asiatique**. Son architecture, recouverte de stuc blanc, et marquée, aux quatre points cardinaux par les peintures des yeux bienveillants du Bouddha, supporte une imposante flèche dressée vers le ciel et terminée par un pinacle de cuivre recouvert d'or.

Continuation de la visite avec l'**ancien Palais Royal** et sa statue du Dieu singe Hanuman Dhoka, du **Palais de la Kumari**, cette fillette divinisée choisie dans son plus jeune âge afin d'incarner la déesse terrible Kali.

Retour à l'hôtel. **Dîner et nuit à l'hôtel.**



NEPAL

DEMEURE DES DIEUX

JOUR 4

Petit-déjeuner à l'hôtel.

Route à travers la **vallée de Pokhara**, l'une des plus pittoresques du pays. Son climat subtropical, lié à son altitude moyenne, inférieure à Kathmandu, a permis le développement des cultures de la banane, des agrumes et de la moutarde dont les plantations s'égrènent à perte de vue le long du trajet, avec pour toile de fond les rizières en terrasse émaillées de cactus s'étagant en amont des villages de communautés hindoues venues du Teraï.

Trois grands lacs agrémentent le site (Phewa, Begnas et Rupa). Par temps clair, la vue sur la chaîne des Annapurna et principalement sur les monts Dhaulagiri, Himalchuli, Machhapuchhre (Fishtail) est exceptionnelle.

Déjeuner dans un restaurant local en cours de route.

Installation à l'hôtel.

Temps libre pour vous reposer.

Dîner et nuit à l'hôtel.



NEPAL

DEMEURE DES DIEUX

JOUR 5

Départ matinal à Sarangkot pour admirer, après une petite promenade, **le lever de soleil sur la chaîne Himalayenne** (soumis aux conditions climatiques) depuis les ruines d'un kot (fort) situé sur une crête au-dessus du village de Sarangkot.

Une vue panoramique englobe des pics himalayens, du Dhaulagiri (8167m) à l'ouest à la pyramide du Machhapuchhare (Queue de poisson en Nepali – 6997m) et au sommet arrondi de l'Annapurna II (7937m) à l'est. C'est à l'aube ou au crépuscule que la luminosité est la plus belle lorsque le soleil teinte les pics enneigés. **Petit-déjeuner.**

Retour à Pokhara et **balade en bateau sur le lac Phewa** (1 heure env.) avec les montagnes en toiles de fond. Temps libre pour vous reposer avant le **déjeuner** à l'hôtel.

L'après-midi, **visite de Pokhara** et son **temple de Bindabasini**, un temple hindouiste dédié à Durga. Balade dans **le bazar**. D'abord petite ville provinciale et centre de commerce, Pokhara est devenue une destination touristique importante depuis l'avènement du trekking au Népal. Située dans la partie centrale du pays à environ 200 km à l'ouest de Kahtmandu, Pokhara est établie au cœur d'une large vallée subtropicale. Elle s'étend du sud au nord sur environ 5 kilomètres. La population de la région de Pokhara, composée principalement de Bahun (Brahmanes), de Chhetris, de Gurungs, de Magars, de Newars et de Thakalis, dépasserait largement aujourd'hui les 100 000 habitants. En outre, plusieurs commerces y sont gérés par des Tibétains tandis que les Sherpas (originaires de l'est du Népal) sont relativement nombreux dans l'industrie du trekking.

Dîner et nuit à l'hôtel



NEPAL

DEMEURE DES DIEUX

JOUR 6

Petit-déjeuner à l'hôtel.

Matinée de route vers le **Parc National de Chitwan**, dans la région du Teraï en bordure méridionale tropicale du Népal.

Le **parc de Chitwan** est l'ancienne réserve de chasse des rois du Népal. Il est peuplé des fameux rhinocéros blancs, de daims, d'antilopes, de singes, de tigres, de léopards, d'ours, de crocodiles et de plus de 300 espèces d'oiseaux. Créé en 1962 et couvrant une superficie de plus de 1000 km² c'est le plus grand des 5 parcs népalais dans la région du Teraï. Avant sa création les princes ranas y organisaient de grandes parties de chasse auxquelles étaient parfois conviés le vice-roi des Indes et les souverains étrangers. Lors de la visite officielle du roi George V en 1911, 39 tigres et 18 rhinocéros furent abattus.

Aujourd'hui la faune est avant tout menacée par le braconnage et la déforestation. Le parc est en grande partie constitué de forêts de sal, un arbre dur à feuillage épais et de croissance lente. Son bois précieux est utilisé dans la construction. Sur les bords de la rivière Rapti poussent des arbres à coton. Plus d'une cinquantaine d'espèces d'herbe ont été recensées dans les marécages. Certaines sont si hautes (près de 4m) qu'elles servent de refuge aux éléphants et aux rhinocéros. La jungle dense, alterne avec la savane et de vastes clairières.

Arrivée à votre lodge et installation pour 2 nuits.

Déjeuner au lodge.



NEPAL

DEMEURE DES DIEUX

JOUR 6

Découverte de la réserve. Un programme d'activités variées vous sera proposé pour découvrir les richesses de la réserve avec un guide naturaliste*.

Balade d'environ 1 heure en **pirogue** pour observer la faune dont de nombreux oiseaux et des crocodiles. La réserve abonde en espèces rarissimes. Vous aurez peut-être la chance d'observer des gavials (espèce endémique de saurien de la famille des crocodiles dont le museau peut atteindre jusqu'à six fois la largeur).

Promenade à pied aux alentours de votre lodge. Les couleurs, les ombres auront changé, les animaux se laissent approcher plus facilement.

En soirée, avant le dîner, **spectacle de danses folkloriques tharu.**

Diner et nuit au lodge.



NEPAL

DEMEURE DES DIEUX

JOUR 7

Petit-déjeuner au lodge.

La journée sera consacrée aux activités dans la jungle de la réserve avec votre guide naturaliste.

Le matin, vous partirez en promenade dans un **village Tharu**. Les Tharus seraient peut-être les premiers habitants du Népal. Les Tharus parlent une langue d'origine indo-européenne et sont organisés en castes. Ils croient aux esprits de la nature, honorent de multiples divinités et vouent un culte aux ancêtres. Ils vivent dans des maisons fabriquées de bambou et de glaise avec un toit en chaume.

Selon la légende, les tribus Rana Tharu de la jungle népalaise, seraient des descendantes du prince Rana Prasad du Rajasthan. Fuyant l'envahisseur Moghol, et laissant derrière elles leurs princes de mari pour défendre la patrie, les princesses Rana se seraient enfuies vers la jungle avec leurs serviteurs, avec lesquels elles eurent, bien sûr, beaucoup d'enfants. C'est la raison pour laquelle la société Rana Tharu est toujours matriarcale. Difficiles d'accès pendant la guérilla maoïste, ces bucoliques villages en pisé, d'une propreté toute 'helvétique', offrent de superbes balades, loin des dénivelés himalayens, entre bougainvilliers et jacarandas. Et c'est bien sûr la beauté des femmes Rana dans leurs larges jupes en patchwork de couleurs vives, rehaussées de miroirs, de cabochons et de breloques, qui éblouit le voyageur.

Retour au lodge pour le **déjeuner**.



NEPAL

DEMEURE DES DIEUX

JOUR 7

Puis départ pour **un safari en 4x4 dans cette réserve naturelle classée par l'UNESCO** à la recherche du fameux rhinocéros asiatique à une corne. Cette réserve constitue également l'un des derniers refuges du tigre du Bengale

Retour au lodge.

Dîner et nuit.

*Les lodges se réservent le droit de modifier les activités et leur ordre sans avertissement préalable.



NEPAL

DEMEURE DES DIEUX

JOUR 8

Petit-déjeuner au lodge.

Matinée de route vers Kathmandu.

Déjeuner au restaurant en cours de route à Kurintar.

Arrivée à l'hôtel à Kathmandu, installation dans les chambres.

Temps libre pour vous reposer ou faire vos derniers achats dans le **quartier de Thamel**.

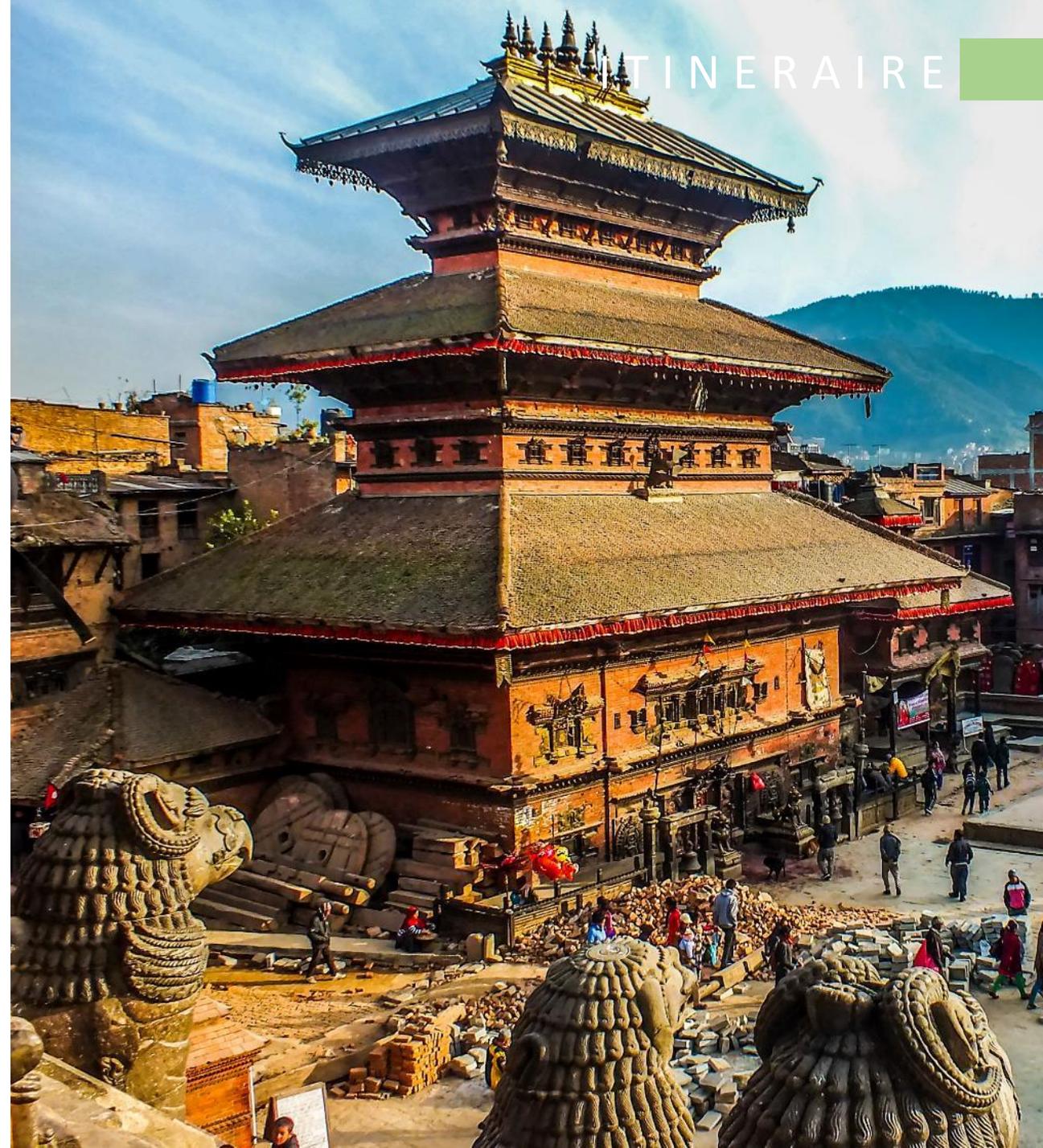
Dîner et nuit à l'hôtel

JOUR 9

Petit-déjeuner à l'hôtel.

Départ pour la visite de **Bhadgaon (anciennement Bhaktapur)**, considérée comme un musée à ciel ouvert. Les temples y succèdent aux façades ouvragées, les balcons en bois sculptés aux frontons en briques. Vue du ciel, le plan urbanistique de la cité figure une coquille d'escargot enroulée sur une étendue d'environ 4 kilomètres carrés. Bhaktapur signifie littéralement « ville des dévots ». Elle n'en est pas moins un grand centre artisanal réputé pour ses poteries et ses Tankhas (tentures bouddhiques). Visite de **la place royale, Durbar Square**, laquelle présente une multitude de temples et de monuments profanes, Porte des lions, Porte d'Or, statue du roi Bhupatindra Malla, Palais aux 55 fenêtres, Sanctuaire de Batsala, réplique miniature du temple de Pashupatinath.

Déjeuner au restaurant en cours de visite.



NEPAL

DEMEURE DES DIEUX

JOUR 9

Retour à Kathmandu.

Dîner d'adieu avec spectacle de danses au restaurant **Bhojan Ghira**.

Suivant horaire aérien, transfert à l'aéroport.
Formalités d'enregistrement.

JOUR 10

Embarquement et envol à destination de la **FRANCE**.

Prestations à bord.

Arrivée à Paris.

Transfert en autocar pour un retour à Sens.

Fin du circuit et à bientôt.

Ce programme est susceptible de subir des modifications en raison d'impératifs tels que les conditions climatiques ou tout autre cas de force majeure. Les distances parcourues entre chaque étape sont importantes. Le rythme de ce circuit est très soutenu.



NEPAL

DEMEURE DES DIEUX

Ce prix comprend

TRANSPORT EN AUTOCAR :

TRANSPORT AERIEN :

SENS/AEROPORT/SENS

PARIS / KATHMANDU/ PARIS

Sur vols réguliers Emirates ou similaire

TRANSFERTS EN CAR :

Aéroport/hôtel/aéroport et durant tout le circuit,

Autocar de tourisme climatisé

GUIDE / ACCOMPAGNEUR :

Local, **parlant français** durant tout le circuit

Guide naturaliste anglophone à Chitwan

EXCURSIONS ET VISITES :

Mentionnées au programme,

Tous droits d'entrées dans les monuments et sur les sites

CLASSIFICATIONS HÔTELS :

Catégorie supérieure

TYPE DE CHAMBRE :

Double avec douche

REPAS :

Pension complète du déjeuner du jour 2 au dîner du jour 9 selon programme (thé ou café à chaque repas)

Dîner d'adieu avec spectacle de danses

ASSURANCE :

Forfait Assurance Pack Zen : assistance, rapatriement, annulation avec maladies antérieures, interruption de voyage, ratage d'avion et bagages

DIVERS :

Assistance aux embarquements France et Népal

Taxes aéroport nationales et internationales

NEPAL

DEMEURE DES DIEUX

Ce prix ne comprend pas

- **Les dépenses personnelles** : boissons, pourboires aux guides/chauffeurs au **minimum 5 € par personne et par jour**
- Le supplément chambre individuelle de 320€
- Tout ce qui n'est pas inclus dans ce prix comprend
- **Les frais de visa (environ 30\$ à régler sur place)**



AU DÉPART DE PARIS

EK 0074	CDG 15H35	DXB 00H20
EK 2262	DXB 02H00	KTM 08H00 +1
EK 2154	KTM 01H15	DXB 04H20
EK 0073	DXB 08H20	CDG 13H30

Plan de vol , sous réserve de modification en 2025

NEPAL

DEMEURE DES DIEUX

LIEUX	HOTELS (ou similaire) DURANT VOTRE CIRCUIT
	Catégorie supérieure
KATHMANDU	Hôtel Barahi https://barahi.com/properties/hotel-barahi-kathmandu/
POKHARA	Pokhara Grande https://pokharagrande.com/page/pokhara-grande-experience
CHITWAN	Green Mansion Green Mansions Jungle Resort (greenmansionsresort.com)

N E P A L

DEMEURE DES DIEUX

Formalités

Les règles relatives au franchissement des frontières propres à chaque pays étant amenées à évoluer, il est vivement conseillé de se reporter à la rubrique "conseils aux voyageurs" du site France Diplomatie, <https://www.diplomatie.gouv.fr/>

POUR LES RESSORTISSANTS FRANÇAIS

Passeport en cours de validité et valable 6 mois après la date de retour.

Afin de parer à toute éventualité, on veillera à disposer d'un passeport comportant le nombre de pages vierges requis ou suffisant (généralement 3, dont 2 en vis-à-vis).

Visa obligatoire pour les ressortissants français.

Le visa peut être demandé à l'arrivée, à l'aéroport de Kathmandu.

Dès l'entrée au Népal, les voyageurs doivent remplir une carte d'arrivée (Arrival Card) ainsi qu'un formulaire de demande de visa touristique. Ce dernier document peut être rempli avant l'arrivée en visitant le site <https://nepaliport.immigration.gov.np/> ou à l'entrée dans le pays en utilisant les kiosques automatiques disponibles au point de contrôle.

Nous vous conseillons fortement de remplir ce formulaire en ligne avant le départ afin de gagner du temps à l'arrivée. A la fin de cette procédure un fichier est généré, il faut l'imprimer. Ce document n'étant valable que deux semaines, on ne doit compléter le formulaire en ligne que 14 jours maximum avant un départ. Il est à présenter à l'arrivée, avec son passeport et une copie de celui-ci, au comptoir d'établissement des visas. Si le voyageur a déjà voyagé au Népal, il doit aussi fournir une copie de son ancien visa népalais. Le paiement s'effectue sur place lors de la délivrance du visa. Le prix du visa à ce jour est fixé à :

- 30 dollars US (ou équivalent euros, billets uniquement), pour un visa de 15 jours (entrées multiples) ;
- 50 dollars US (ou équivalent euros, billets uniquement), pour un visa de 30 jours (entrées multiples) ;
- 125 dollars US (ou équivalent euros, billets uniquement), pour un visa de 31 à 90 jours (entrées multiples).

Il peut aussi être obtenu avant le départ à l'ambassade du Népal à Paris en ligne <https://fr.nepalembassy.gov.np/visa/>.

N E P A L

DEMEURE DES DIEUX

Formalités

POUR LES RESSORTISSANTS ETRANGERS ET BINATIONAUX

Vous devrez être en conformité avec les réglementations en vigueur, selon votre nationalité. Il est notamment possible qu'un passeport, un visa, une carte touristique ou tout autre document officiel vous soit demandé. Il convient de vous renseigner sur les délais d'obtention de ces documents et d'effectuer vous-même sans attendre les démarches auprès de l'ambassade ou du consulat du pays de destination.

L'annuaire des représentations étrangères en France est disponible via ce lien :

<https://www.diplomatie.gouv.fr/fr/le-ministere-et-son-reseau/annuaires-et-adresses-du-ministere-de-l-europe-et-des-affaires-etrangeres-meae/ambassades-et-consulats-etrangers-en-france/>

En cas d'un vol avec escale, nous vous informons que vous devrez être conforme aux formalités sanitaires du pays où se trouve votre escale ainsi que votre destination finale.

Les modalités pour chaque pays sont consultables sur le site <https://www.diplomatie.gouv.fr/fr/>. L'actualité évoluant très régulièrement, nous vous invitons à consulter ce lien avant votre départ.

NEPAL

DEMEURE DES DIEUX

Infos Pratiques

Superficie : 147,181 km²

La capitale du Népal, Kathmandu, se situe à 7 300 km environ de Paris (environ 9h de vol).

L'aéroport international de Katmandou Tribhuvan est à 10 km du centre-ville.

Le décalage horaire avec la France est de + 4h45 l'été et 5h45 l'hiver.

Population : 28 563 377 habitants

Sur le plan religieux : 89 % de la population est hindouiste. Le reste est partagé entre bouddhistes (5,3 %), musulmans (2,7 %), chamans et animistes (2,4 %).

La langue officielle du Népal est le népali (58 % de la population), mais on n'y compte pas moins d'une trentaine de dialectes ! L'anglais est également répandu dans la capitale, et il est assez courant que les Népalais comprennent et parlent l'hindi.

La monnaie est la roupie népalaise (NPR).

VACCINS / SANTÉ

Il n'y a pas de vaccins obligatoires.

Avant votre départ, veuillez consulter le site du ministère des Affaires étrangères pour connaître les risques sanitaires éventuels qui peuvent concerner votre destination :

<https://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs/conseils-par-pays-destination/nepal/#sante>

Dans tous les cas, prenez l'avis de votre médecin ou d'un centre de vaccinations internationales.

Concernant l'éventuel impact du Coronavirus sur votre séjour, nous vous invitons à consulter la page ci-dessous du site officiel France Diplomatie :

<https://www.diplomatie.gouv.fr/fr/le-ministere-et-son-reseau/actualites-du-ministere/informations-coronavirus-covid-19/coronavirus-les-reponses-a-vos-questions/article/coronavirus-les-reponses-a-vos-questions>

COUVERTURE GSM

La couverture GSM est de plus en plus complète, y compris dans certaines zones de montagne, comme la vallée de l'Everest. Nous vous conseillons toutefois de vous renseigner auprès de votre opérateur sur les conditions d'accès au réseau local.

ÉLECTRICITÉ

220 volts (en général). Dans la plupart des cas, pas besoin d'adaptateur, mais quelques installations avec prises de type indien (à trois grosses broches cylindriques) font de l'adaptateur international une précaution judicieuse.

L'ACEB NORD vous souhaite un agréable voyage et une très belle découverte 😊