



L'HIMALAYA EN PERSPECTIVES

ZANSKAR / LADAKH

AU SOMMET DES PROFONDEURS

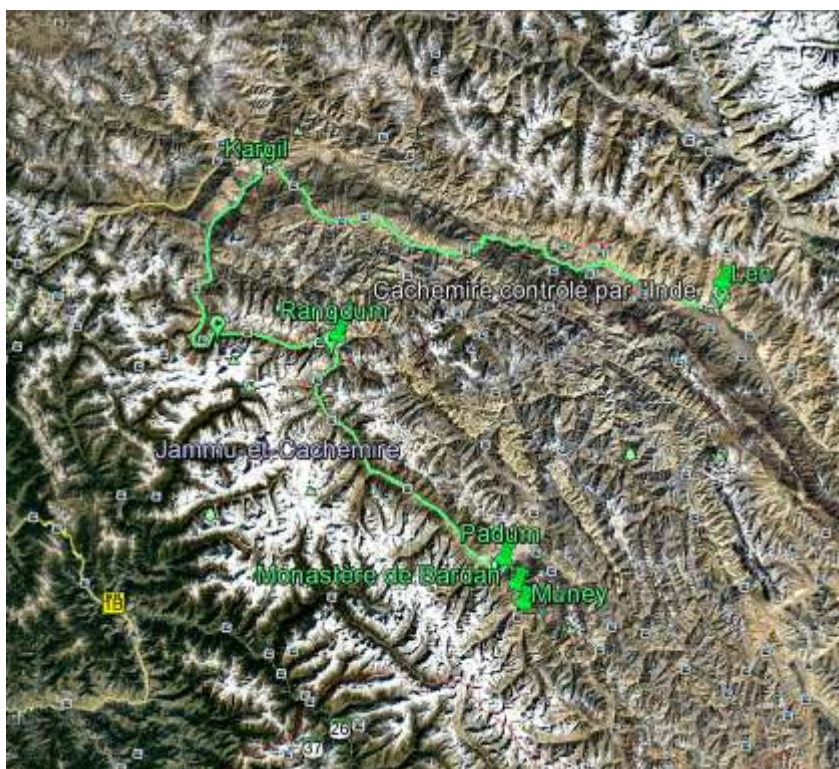


L'HIMALAYA EN PERSPECTIVES

AU SOMMET DES PROFONDEURS

4 OU 8 ADULTES

23 JOURS - 22 NUITS



ZANSKAR

Un voyage qui vous mènera au cœur d'une des régions les plus préservées de l'Himalaya. Coupé du monde 8 mois par an, le Zaskar vous surprendra par l'authenticité et l'hospitalité de ses habitants. Ce séjour est fait pour vous si vous avez l'âme d'un explorateur, à la recherche du sens de la vie dans la simplicité et l'ouverture du cœur. Un voyage unique car vous serez immergé dans le quotidien des moines du Monastère de Muney et des habitants du village. Une belle façon de redécouvrir des valeurs profondes sur fond de paysages mémorables.



INDE

LE PROGRAMME

JOUR 1 : Départ – 07/07

Nous nous retrouverons à la gare routière de Grenoble pour un transfert en autocar jusqu'à l'aéroport de Lyon ou de Genève

Durée du transfert : En autocar Grenoble / Aéroport de Lyon : 1h 30
Grenoble / Aéroport de Genève : 2h 30

Envol à destination de Leh via Zurich / Delhi / Leh sur vols réguliers. (Swiss Air – Jet Airway).

Durée du vol : 25h transits inclus. / Arrivée le lendemain 8h05

Décalage Horaire : + 3h30

Repas : À bord.

Nuit : Partielle à bord.

Les informations sur le vol (Compagnie, horaires, formalités) vous seront remises dans un document annexe.

JOUR 2 : LEH (Ladakh) –08/07

Petit Déjeuner : À bord

Accueil à l'aéroport Leh à 8h, et transfert jusqu'à votre Guest House pour une journée de repos et d'acclimatation à l'altitude. En effet que vous soyez trekkeur aguerris ou citadin sans expérience de la montagne, cette période d'acclimatation est obligatoire et inévitable, et peut durer plusieurs jours. Le manque d'oxygène en altitude demande au corps des ressources supplémentaires.

Située à 3 500 m d'altitude, dans la vallée de l'Indus, Leh est la capitale et la plus importante ville de la région du Ladakh. La ville vit aujourd'hui essentiellement des activités touristiques et militaires. Leh est devenue le point central des excursions touristiques dans le Ladakh. Les marcheurs viennent du monde entier pour parcourir le pays à pied, en 4 x 4, voire en VTT.

Source : Wikipédia

Déjeuner : Leh - Gotal Guest House.

Dîner : Gotal Guest House

Hébergement : Home Stay (chez l'habitant) en chambre Double - Gotal Guest House

Petite guesthouse tenue par Rinchen et Namgyal, à l'accueil chaleureux. L'ambiance est familiale et le service attentif. Les repas sont préparés par le couple avec les légumes frais (bio) de leur magnifique jardin.

Activités prévues et incluses : Repos et acclimations.

Activités possibles : Découverte de Leh – Rencontre avec des familles d'enfants sponsorisés par Hoka pour les parrains / marraines.



JOUR 3 : LEH (Ladakh) -09/07

Petit Déjeuner : Gotal Guest House

Déjeuner : Leh – Restaurant local

Dîner : Gotal Guest House

Hébergement : Home Stay en chambre Double - Gotal Guest House

Activités prévues et Incluses : Repos et acclimations.

Activités possibles : Découverte de Leh, Rencontre avec des familles d'enfants sponsorisés par Hoka pour les parrains / marraines.



JOUR 4 : LEH – Monastère de Thiksey (Ladakh) -10/07

Petit Déjeuner : Gotal Guest House

Durée approximative du transfert : En taxi - 20km – 1H

Situé à 17 km de Leh, le monastère de Thiksey est perché sur une colline dominant la vallée de l'Indus. Quatre temples se visitent mais le principal intérêt du gompas tient à sa situation géographique exceptionnelle et son Bouddha Maitreya. Un petit coin de paradis pour méditer. Situé à proximité de la résidence d'été du Dalaï Lama, Thiksey est le monastère où il aime proposer ses enseignements.

Déjeuner : Restaurant de la réserve naturelle de Shey

Dîner : Gotal Guest House

Hébergement : Home Stay en chambre Double - Gotal Guest House

Activités prévues et Incluses : Visite du monastère de Thiksey, Visite du Palace de Shey, découverte des nombreuses Chortens de Shey.

Activités possibles : Découverte de Leh, Rencontre avec des familles d'enfants sponsorisés par Hoka pour les parrains / marraines.



JOUR 5 : LEH – KARGIL (Ladakh) –11/07

Petit Déjeuner : Gotal Guest House

Après le petit déjeuner, nous prenons la route pour le Zaskar, en 4x4. Une étape magnifique, jalonnée de paysages somptueux. Sur la route nous ferons des haltes pour profiter du spectacle qu'offre les cols de Fotu la (4110m) et Namika la (3718m). Une visite du petit Monastère de Mulbek est également prévue afin de découvrir le Bouddha Maitreya.

Déjeuner : Restaurant sur la route.

Durée approximative du transfert : en 4x4 – Approximativement 6h00

Kargil est une ville étape qui présente peu d'intérêt, si ce n'est qu'elle offre des hôtels d'un confort apprécié.

Diner : The Highland Montain Resort

Hébergement : The Highland Montain Resort – En chambre double.

L'hôtel « The Highland Montain Resort » offre un cadre de verdure agréable et très reposant. Les chambres sont d'un standing remarquable pour la région et la propreté est de rigueur. Une étape appréciée sur la route qui mène à Padum, capitale du Zaskar.

Activités prévues et incluses : Le col de Fotu la (4110m), le col de Namika la (3718m), Le Bouddha Maitreya du Monastère de Mulbek.

Activités possibles : Visite de Kargil



JOUR 6 : KARGIL (Ladakh) – RANGDUM - PADUM – MUNEY (Zaskar) –12/07

Petit Déjeuner : The Highland Montain Resort

Déjeuner : Restaurant à Rangdum

Très tôt le matin nous quittons Kargil par la route qui traverse la vallée de Suru en direction de Padum. Nous arriverons vers 16h à Padum, le temps d'une petite halte et nous reprenons la route pour une dernière étape de 1h pour rejoindre Muneu où se situe la Shanti Guest House.

La piste qui relie Kargil à Padum est l'occasion de profiter du spectacle que nous offre les glaciers et les sommets vertigineux. Sur la route nous profiterons d'une halte à Rangdum pour déjeuner, puis peu après nous visiterons le monastère de Rangdum niché sur sa petite colline au milieu des pics monumentaux de l'Himalaya. Nous reprendrons la route par la vallée du Zaskar, peuplée de marmottes et de Mustangs sauvages. Il est possible de croiser quelques Yack, figures emblématiques de la région. Ours, loups et léopards des neiges y font également de rares apparitions.

Durée approximative du transfert : En 4X4 – Durée approximative : 12h00

Diner : Muney - Shanti Guest House

Hébergement : Muney - Shanti Guest House en Chambre Double

La Shanti Guest House est certainement la plus belle et accueillante Guest house de tout le Zanskar, certainement due au fait qu'elle a été agencée et décorée selon les préceptes du Feng Shui, une étude réalisée par Guillaume Rey et mise en œuvre par Suzy (présidente de l'association HOKA). Située à proximité du monastère de Muney, « la maison de la paix » est un lieu où l'on se pose, on se repose, on rencontre les gens de passage, on échange avec les locaux (moines et villageois). Naît d'un partenariat avec l'association HOKA, l'établissement est alimentée par une dynamique collective autour de la mutualisation des savoirs et des compétences, permettant un développement local autonome sur la base de la coopération et de la participation active de tous les acteurs pouvant contribuer au projet (que ce soit les locaux, les partenaires ou les touristes).

Le but recherché est ainsi de rendre acteurs les bénéficiaires du projet et de favoriser une démarche éco-responsable et solidaire vis-à-vis du lieu et de la vie locale. C'est une expérience humaine et collective avant tout, où il est question d'échanger sans pour autant vouloir imposer un modèle type, de faire émerger de nouvelles initiatives, de renforcer le lien entre différentes cultures et philosophies.

<http://www.shanti-house.net/#shantihouse>

Activités prévues et Incluses : Visite du monastère de Rangdum, halte à Padum.



JOUR 7 : MUNEY - RARU (Zanskar) –13/07

Petit Déjeuner : Muney - Shanti Guest House

Le matin, vous pourrez tranquillement prendre procession des lieux et découvrir les alentours du monastère et de la Guest House. L'après- midi nous rejoindrons à pied (1h – facile) le village de Raru ou les villageois nous offriront le soir, un diner d'accueil. Les femmes du village profiteront de l'occasion pour nous présenter leurs dernières réalisations de chaussettes et bonnets tricotés. Peut-être nous offriront-elles le plaisir d'assister à leurs danses traditionnelles.

Déjeuner : Muney - Shanti Guest House

Diner : Raru – Diner avec les habitants du village.

Hébergement : Muney - Shanti Guest House en Chambre Double

Activités prévues et Incluses : Balades et découverte du village de Raru, Diner avec les villageois et découverte de l'art local.

Activités possibles : Rencontre avec des familles d'enfants sponsorisés par Hoka pour les parrains / marraines. Séances de massage Ayurvédique et de soins Prananadi proposées par Suzy.



JOUR 8 : MUNEY (Zanskar) –14/07

Petit Déjeuner : Muney - Shanti Guest House

Yoga Derviche : Entre 6h30 et 7h30, une séance de Yoga Derviche vous sera proposée afin d'aborder la journée avec une énergie nouvelle et dynamique. Nous aborderons principalement les ARKANA MAJEURS, des mouvements au vertus thérapeutiques.

Structurés et structurants, les Arkana, postures spécifiques du Yoga Derviche harmonisent le fonctionnement des muscles, leur apportent le tonus nécessaire pour l'activité et les libèrent des tensions inutiles. Plus en profondeur, l'oxygénation et le relâchement des tensions contribuent au bon fonctionnement des appareils respiratoire, digestif et urogénital. Animé par Chris & Guillaume. Accessible à tous.

<http://www.yoga-derviche.com/>

Déjeuner : Muney - Shanti Guest House

Diner : Muney - Shanti Guest House

Hébergement : Muney - Shanti Guest House en Chambre Double

Activités prévues et Incluses : Balades et découverte du village de Muney, détente, Yoga derviche.

Activités possibles : Rencontre avec des familles d'enfants sponsorisés par Hoka pour les parrains / marraines. Séances de massage Ayurvédique et de soins Prananadi proposées par Suzy.



JOUR 9 : MUNEY (Zanskar) –15/07

Petit Déjeuner : Muney - Shanti Guest House

Yoga Derviche : Entre 6h30 et 7h30

Vous partagerez une journée avec les moines du monastère de Muney. L'occasion d'assister à une Puja (Séance de prière hautement bénéfique en énergie, idéale pour perfectionner sa méditation), de partager le déjeuner des moines, de découvrir les méthodes d'enseignement des plus jeunes, d'assister à leurs débats philosophiques.

Après le diner, il vous sera proposé un échange philosophique en compagnie de Lama Dorjay (Ancien Head Lama (Chef de monastère) de Muney).

Déjeuner: Muney – Monastère.

Diner : Muney - Shanti Guest House

Hébergement : Muney - Shanti Guest House en Chambre Double

Activités prévues et Incluses : Journée type au monastère de Muney, échange philosophique, Yoga derviche.



JOUR 10 : MUNEY – RARU – SOURCES DE RARU (Zanskar) –16/07

Petit Déjeuner : Muney - Shanti Guest House

Yoga Derviche : Entre 6h30 et 7h30

Nous partirons à pied, en compagnie de Lama Dorjay et des habitants du village de Raru, afin d'assister à la « bénédiction » des sources de Raru. Chaque année, un Lama est missionné par les villageois, pour pratiquer une Puja afin que les sources d'eaux restent toujours abondantes et généreuses. Un instant privilégié où se mélangent rires et émotions. Une occasion également d'assister à un rituel qui n'a lieu qu'une fois par an et de partager un pique-nique avec les habitants.

Déjeuner : Pique-nique avec les habitants de Raru.

Diner : Muney - Shanti Guest House

Hébergement : Muney - Shanti Guest House en Chambre Double

Activités prévues et Incluses : Puja, pique-nique, balade vers les sources de Raru.

Activités possibles : Rencontre avec des familles d'enfants sponsorisés Hoka pour les parrains / marraines. Séances de massage Ayurvédique et de soins Pranadi proposées par Suzy.



JOUR 11 : MUNEY - (Zanskar) –17/07

Petit Déjeuner : Muney - Shanti Guest House

Yoga Derviche : Entre 6h30 et 7h30

Une journée à vous ! Une journée où vous pourrez profiter des lieux, de la nature environnante, du monastère, de vous occuper de vous.

Déjeuner : Muney - Shanti Guest House

Diner : Muney - Shanti Guest House

Hébergement : Muney - Shanti Guest House en Chambre Double

Activités prévues et Incluses : Détente, Yoga derviche.

Activités possibles : Balades et découverte, rencontre avec des familles d'enfants sponsorisés Hoka par pour les parrains / marraines. Séances de massage Ayurvédique et de soins Prananadi proposées par Suzy.



JOUR 12 : MUNEY – MONASTERE ET NONNERIE DE KARSHA – PADUM (Zanskar) –18/07

Petit Déjeuner : MuneY - Shanti Guest House

Yoga Derviche : Entre 6h30 et 7h30

Durée approximative du transfert : En 4x4 – 2h

Dans les environs de 9h nous quitterons MuneY en 4X4 en direction du monastère de Karsha. Après la visite de l'édifice nous rendrons visite aux nones de Karsha. La nonnerie située juste en face du monastère accueille de jeunes nonnes dont certaines sont parrainées par l'association Hoka, permettant ainsi la scolarisation et l'enseignement des enfants. Encore un moment extraordinaire où l'accès est privilégié. Un moment chargé d'émotions qui permet de réaliser l'ampleur du travail réalisé sur place par les associations. Nous partagerons également le déjeuner avec les petites nones. Après le déjeuner nous rejoindrons la ville de Padum (Capitale du Zanskar), qui ne présente que peu d'intérêt, si ce n'est qu'il est possible (certains jours) d'accéder à internet, de retirer de l'argent (parfois), de découvrir l'art local, de parcourir les quelques boutiques, de boire un thé

Le grand Monastère de Karsha, fondé entre le Xe et le XVe siècle, est sans doute le monastère bouddhiste le plus important et le plus grand du Zanskar, avec une trentaine de bâtiments sur le flanc de la colline et entre 140 à 160 moines à bonnets jaunes de l'école de l'ordre Gelugpa (Shesrab Zangpo de Stod), dont certains sont des enfants.

Il est accroché à la falaise et situé à l'écart du monde, dans une zone géologique datant du Cambrien, à dix kilomètres au nord-est de Tungri, aux environs de Padum, près de la rivière Stod.

Déjeuner : Karsha – Nonnerie Karsha

Diner : MuneY - Shanti Guest House

Hébergement : MuneY - Shanti Guest House en Chambre Double

Activités prévues et Incluses : Yoga derviche, monastère de Karsha, nonnerie de Karsha, visite de Padum.



JOUR 13 : MUNNEY - (Zanskar) -19/07

Petit Déjeuner : Munney - Shanti Guest House

Yoga Derviche : Entre 6h30 et 7h30

La médecine tibétaine est un système médical traditionnel qui repose sur une méthode complexe de diagnostic, incorporant des techniques telles que l'examen du pouls et de l'urine¹⁴. Le médecin tibétain (amchi) donne des conseils de modification de comportement et d'alimentation. Des médicaments confectionnés à partir de plantes médicinales et de minéraux ; des thérapies physiques comme l'acupuncture tibétaine ou la moxibustion sont utilisées pour traiter le malade.

Le système médical tibétain est basé sur une synthèse des savoirs indien (ayurvéda), persan, grec, indigène tibétain, et les systèmes médicaux chinois. Il continue à être pratiqué au Tibet, en Inde, au Népal, au Sikkim, au Bhoutan, au Ladakh, en Sibérie, en Chine, en Mongolie et en Bouriatie, de même que plus récemment dans des parties de l'Europe et d'Amérique du Nord. Il est lié à la tradition bouddhiste selon laquelle toute maladie résulte en définitive de « trois poisons » de l'esprit : le désir excessif, la haine et l'ignorance.

Une journée à vous ! Une journée où vous pourrez profiter des lieux, de la nature environnante, du monastère, de vous occuper de vous. Peut-être aurez-vous la chance de savourer des yeux le magnifique pavot bleu de l'Himalaya. Pour ceux qui le souhaitent, vous aurez la possibilité de consulter un médecin Amchi.

Déjeuner : Munney - Shanti Guest House

Diner : Munney - Shanti Guest House

Hébergement : Munney - Shanti Guest House en Chambre Double

Activités prévues et Incluses : Détente, Yoga derviche, consultation avec un Médecin Amchi.

Activités possibles : Balades et découverte, rencontre avec des familles d'enfants sponsorisés par Hoka pour les parrains / marraines. Séances de massage Ayurvédique et de soins Pranadi proposées par Suzy.



JOUR 14 : MUNNEY – MONASTERE DE STONGDE (Zanskar) – 20/07

Petit Déjeuner : Munney - Shanti Guest House

Après le petit déjeuner nous partirons pour la journée, en 4X4, visiter le monastère de Stongde.

Durée approximative du transfert : En 4x4 – 2h15

Une excellente présentation de la culture bouddhiste tibétaine. Une journée haute en émotions et en couleurs. Découverte de l'art local depuis un édifice qui surplombe la vallée centrale du Zanskar.

Déjeuner : THONGDE - Monastère de THONGDE

Dîner : Muney - Shanti Guest House

Hébergement : Muney - Shanti Guest House en Chambre Double

Activités prévues et Incluses : Visite du monastère de Thongde.



JOUR 15 : MUNEY – VALLEE DE RARU (Zanskar) – 21/07

Petit Déjeuner : Muney - Shanti Guest House

Yoga Derviche : Entre 6h30 et 7h30

Nous partirons à la découverte de la Vallée de Raru et de ses moulins traditionnels. Une superbe excursion aux milieux des montagnes fleuries et des cours d'eaux. Nous prendrons un pique-nique sur les bords du petit lac de Raru.

Déjeuner : Pique-Nique

Dîner : Muney - Shanti Guest House

Hébergement : Muney - Shanti Guest House en Chambre Double

Activités prévues et Incluses : Visite des moulins de Raru – Pique-nique – Yoga Derviche



JOUR 16 : MUNEY – BARDAN (Zanskar) – 22/07

Petit Déjeuner : Muney - Shanti Guest House

Yoga Derviche : Entre 6h30 et 7h30

Le monastère de Bardan se situe sur la route entre Padum et Muney. Nous descendrons à pied, une balade facile (descente) de 2h environ pour visiter le monastère. Après avoir pris un pique-nique dans les alentours du monastère nous reprendrons la route en 4X4 pour revenir à Muney.

Durée approximative du transfert : En 4x4 – 1h

Déjeuner : Pique-Nique à Bardan

Dîner : Muney - Shanti Guest House

Hébergement : Muney - Shanti Guest House en Chambre Double

Activités prévues et Incluses : Balade et visite du monastère de Bardan, Pique-nique, Yoga Derviche

Activités possibles : Rencontre avec des familles d'enfants sponsorisés par Hoka pour les parrains / marraines. Séances de massage Ayurvédique et de soins Prananadi proposées par Suzy.



JOUR 17 : MUNHEY – LA DOKSA DE RARU (Zanskar) – 23/07

Tôt le matin nous partons à pied, guidé par Lama Dorjay, jusqu'à la Doksa (Hauts alpages) de Raru.

Petit Déjeuner : La Doksa de Raru

La Doksa est le lieu dans les hauts alpages où chaque matin les femmes se retrouvent pour la traite des Dimos (Femelles du Yack). Un fois la traite terminée il est l'heure de partager un lait chaud, un fromage ou un peu de beurre. Un endroit magique où l'on mesure bien l'extrême rudesse de la vie des Zanskarpas.

Déjeuner : Pique-Nique

Diner : Muney - Shanti Guest House

Hébergement : Muney - Shanti Guest House en Chambre Double

Activités prévues et Incluses : Balade et visite de la Doksa de Raru, pique-Nique.

Activités possibles : Rencontre avec des familles d'enfants sponsorisés par Hoka pour les parrains / marraines. Séances de massage Ayurvédique et de soins Prananadi proposées par Suzy.



JOUR 18 : MUNHEY (Zanskar) – 24/07

Petit Déjeuner : Muney - Shanti Guest House

Yoga Derviche : Entre 6h30 et 7h30

Vous partagerez une partie de la journée avec les moines du monastère de Muney à l'occasion d'une Puja d'au revoir et d'un diner.

Déjeuner : Muney - Shanti Guest House

Diner : Muney - Monastère

Hébergement : Muney - Shanti Guest House en Chambre Double

Activités prévues et Incluses : Puja et diner au monastère de Muney, Yoga derviche.



JOUR 19 : MUNAY – PADUM - RANGUM (Zanskar) - KARGIL (Ladakh) – 25/07

Petit Déjeuner : Rangdum

Après une nuit partielle nous partons en 4X4 en direction de Leh (capitale du Ladakh). Le retour se fait en deux étapes la première de 9h environs, se terminera à Kargil.

Déjeuner : The Highland Montain Resort

Durée approximative du transfert : 12h00

Diner : The Highland Montain Resort

Hébergement : The Highland Montain Resort – En chambre double.

Activités prévues et Incluses :

Activités possibles : Visite de Kargil



JOUR 20 : KARGIL – LEH (Ladakh) – 26/07

Petit Déjeuner : The Highland Montain Resort

Après le petit déjeuner nous reprendrons la route en direction de Leh. Nous ferons une halte sur la route pour visiter le monastère Lamayuru, un des monastères le plus vieux du Ladakh et l'un des plus beaux.

Déjeuner : Restaurant sur la route

Durée approximative du transfert : 6h00

Diner : Gotal Guest House

Hébergement : Home Stay (chez l'habitant) en chambre Double - Gotal Guest House

Petite guesthouse tenue par Rinchen et Namgyal, à l'accueil chaleureux. L'ambiance est familiale et le service attentif. Les repas sont préparés par le couple avec les légumes frais (bio) de leur magnifique jardin.

Activités prévues et Incluses : Visite du monastère Lamayuru



JOUR 21 : LEH (Ladakh) – 27/07

Petit Déjeuner : Gotal Guest House

Journée de shopping et découverte de la ville. Visite de la fabrique d'encens de Mr Tsetan Khun Khyab, fabrication artisanale d'encens suivant une recette ancestrale.

Déjeuner : Leh – Restaurant local

Diner : Gotal Guest House

Hébergement : *Home Stay en chambre Double* - Gotal Guest House

Activités prévues et incluses : Shopping et découverte de Leh (Shanti Stupa, Palace de Leh, le monastère de Namgyal Tsemo, etc.) Visite de la fabrique d'encens.

Activités possibles : Rencontre avec des familles d'enfants sponsorisés par Hoka pour les parrains / marraines.



JOUR 22 : LEH (Ladakh) – DELHI- 28/07

Nous quittons Leh pour un retour en France au petit matin. Les vols actuels nous imposent une escale à Delhi pour un départ dans la nuit suivante pour la France. Nous vous proposons donc de profiter de cette journée pour visiter le centre de Delhi (Fort Rouge / La grande Mosquée / Le quartier shanki Shaw ...)

Durée du transfert Guest House / Aéroport : En Taxi : 15min

Envol à destination de Delhi sur vols réguliers. Jet Airways.

Durée du vol : 1h30

Décalage Horaire :

Repas : Dans un restaurant local.

Diner : Ashok Country Resort

Hébergement : Ashok Country Resort – Afin de vous rafraichir et de vous reposer quelques heures avant de reprendre l'avion pour Genève.

Les informations sur le vol (Compagnie, horaires, formalités) vous seront remises dans un document annexe. Nous quittons Delhi à 1h du matin pour une arrivée à Genève le matin 8h55.



JOUR 23 : DELHI – GRENOBLE – 29/07

Envol à destination de Grenoble via Zurich / Grenoble sur vols réguliers. (Swiss Air – Jet Airway).

Durée du vol : 10h transits inclus. / Arrivée le matin 8h55

Décalage Horaire : - 3h30

Repas : À bord.

Les informations sur les vols peuvent changées (Compagnie, horaires, formalités), elles vous seront remises dans un document annexe.

MODALITÉS DE PARTICIPATION

Prix :

- Chambre double – Parrains Marraines HOKA** - 250€ : 3029€* par personne
- Chambre double - 3279€* par personne

* Ces prix ne sont applicables qu'avec un minimum de 4 participants et pourront être révisés en cas de variation des prix des carburants, de taxes aéroports.

** Vous souhaitez parrainer la scolarité d'un enfant du Zanskar et ainsi bénéficier de la réduction de la réduction , merci de nous contacter.

Le prix Comprend :

- Les transferts aéroport en autocar – Grenoble / Lyon / Grenoble
- Les vols internationaux réguliers en classe économique Lyon / Delhi / Lyon
- Les vols régionaux en classe économique tels que mentionnés au programme Delhi / LEh / Delhi
- Les visas Touristique 6 mois
- Les transferts aéroports ville de Delhi et / ou Hôtel à Delhi
- L'accueil à l'aéroport à votre arrivée et le transfert à votre Guest House.
- L'hébergement en Guest House, hôtel tels que décrits sur le programme en Chambres doubles.
- L'ensemble des petits déjeuners, déjeuners et diners.
- La location des 4x4 et le carburant.
- L'ensemble des déplacements en Taxi.
- L'ensemble des activités mentionnées dans ce programme.
- Les séances de Yoga Derviche
- Les services d'un accompagnateur « Un Monde en Perspectives » du départ jusqu'au retour.

Le prix ne comprend pas

- Les dépenses personnelles.
- Les activités payantes non spécifiées dans le programme.
- Les assurances annulations, bagages, assistance et rapatriement international, prise en charge médicale. **Attention l'assurance assistance et rapatriement, prise en charge médicale est obligatoire.**
- Les frais attribués pour les règlements en CB.

Informations et Réservations : chris.palette@live.fr +33(0) 6 70 74 31 93

