

## LADAKH

### *Immersion et Bouddhisme tibétain sur le toit du monde*

**14 / 29 AOÛT 2024**



Voyage au Ladakh, l'une des plus belles régions du monde assurément... Paysages surréalistes entourés des sommets vertigineux des chaînes enneigées de l'Himalaya, monastères accrochés à flanc de montagnes, et ornés des eaux cristallines des rivières Shyok, Zaskar et Indus...



Agence LE MONDE EN RENDEZ-VOUS Tél : (+33) 468845701 / +33 615541072

Email : [contact@lemondeenrendezvous.com](mailto:contact@lemondeenrendezvous.com) - Adresse : Route de Picaubeil - Cave Coopérative - 66720 Cassagnes

Garantie financière: APST, 15 AVENUE CARNOT 75017 PARIS, France - Assurance Responsabilité civile professionnelle: 00233138 - HISCOX 19 rue Louis Le Grand, 75002 Paris, France - Licence Atout France : 66130008 Siret : 794273631 1 - Tva intracommunautaire FR94794273631.



### **J1 : 14/08 PARIS / ENVOL POUR NEW DELHI**

Billet d'avion tarif groupe proposé en option : Vol pour Delhi avec la compagnie Qatar Airways via Doha. Nuit à bord.

### **J2 : 15/08 ARRIVEE A NEW DELHI**

Rendez-vous à l'Aéroport de Delhi. Accueil puis transfert à l'hôtel situé proche de l'aéroport pour se reposer. **Déjeuner et diner inclus** et logement. Nuit à l'hôtel Lohmod ou similaire.

### **J3 : 16/08 NEW DELHI A LEH**

Petit déjeuner. Transfert retour sur l'Aéroport. **Vol intérieur pour Leh.** Arrivée à l'Aéroport de Leh. Transfert à l'hôtel. Installation et repos pour permettre de s'habituer à l'altitude. Leh est située sur les rives du fleuve Indus à une altitude de 3350 mètres. **Installation et logement pour 2 nuits à l'hôtel Asia ou similaire à Leh. Déjeuner et diner inclus**

*Leh est la capitale et la plus grande ville du territoire de l'Union du Ladakh en Inde. La ville est la capitale historique du Royaume du Ladakh, dont le siège se trouvait dans le palais de Leh, l'ancienne résidence de la famille royale du Ladakh, construite dans le même style et à peu près à la même époque que le palais du Potala au Tibet.*



### **J4 : 17/08 LEH – EXCURSION SHEY / THIKSEY / HEMIS**

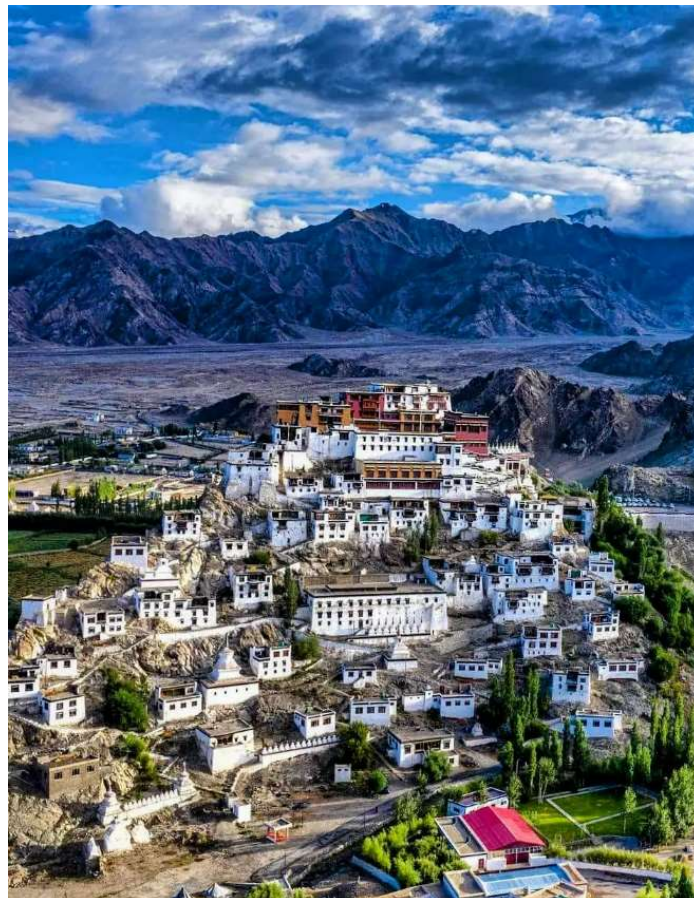
Petit déjeuner. Le matin visite du **Shey**, ancienne capitale du Ladakh jusqu'au 19ème siècle et de son ancien palais qui abrite un monastère également construit en 1655, de belles fresques et de jolis chortens. Le palais de Shey, aujourd'hui en ruines a été construit en 1655.



Puis départ pour le **monastère de Thiksey** à 19 km de Leh. Ce monastère est situé au sommet d'une colline rocheuse et surplombe la vallée. Construit au 15e siècle il est habité par 80 moines et abrite l'un des Gompas les plus grands et les plus impressionnants du Ladakh.



Poursuite de la journée avec le **monastère de Hemis** à 45 km de Leh, construit au 17ème siècle et qui est certainement le plus joli parmi ceux situés à l'est de l'est de Leh. Retour à Leh, passage à l'**école Rancho** puis promenade dans le marché puis fin de la journée avec la visite du **monastère tibétain**. Déjeuner et dîner inclus. Nuit à l'**hotel Asia** ou similaire.



Agence LE MONDE EN RENDEZ-VOUS Tél : (+33) 468845701 / +33 615541072

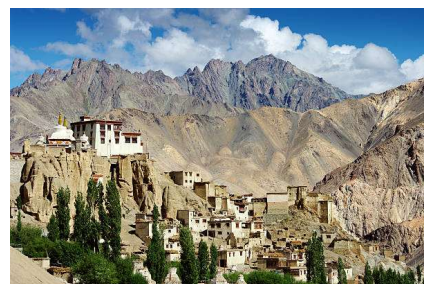
Email : [contact@lemondeenrendezvous.com](mailto:contact@lemondeenrendezvous.com) - Adresse : Route de Picaubeil - Cave Coopérative - 66720 Cassagnes

Garantie financière: APST, 15 AVENUE CARNOT 75017 PARIS, France - Assurance Responsabilité civile professionnelle: 00233138 - HISCOX 19 rue Louis Le Grand, 75002 Paris, France - Licence Atout France : 66130008 Siret : 794273631 1 - Tva intracommunautaire FR94794273631.



### J5 : 18/08 LEH / LIKIR / ALCHI / RIZONG / TEMISGAM

Petit-déjeuner. Départ pour le **monastère de Likir** où le Gompas a été investi d'une collection de belles images, de Tangkhas et de peintures murales rivalisant avec celles d'Alchi. Poursuite de l'excursion avec la visite du **monastère de Alchi**, considéré comme l'un des sites culturels les plus importants de l'Himalaya. Les visites continuent avec le **monastère de Rizong** situé dans un panorama spectaculaire. A 2 kilomètres, visite du **couvent de Chulichan**, l'un des plus anciens couvents du Ladakh, célèbre pour ses vergers d'abricots doux. Il y a actuellement 15 religieuses, âgées de 10 à 18 ans. Toutes savent lire et écrire l'anglais et certains ont un anglais parlé, relativement bon. Ici des travaux tels que le filage de la laine, la traite, l'extraction de l'huile pour les lampes du temple sont effectués par les nonnes. Continuation pour le village de Temisghan. Arrivée et installation. **Déjeuner et diner inclus. Logement pour 2 nuits à la Homestay Namra ou similaire.**



### J6 : 19/08 TEMISGAM

Petit-déjeuner. Journée complète autour de **Temisgam** avec visite des restes d'un palais rappelant l'époque où le village était la capitale du bas Ladakh : deux chapelles dédiées respectivement au Bouddha de la compassion et à Chamba ; le premier temple abrite une très belle statue de du Bouddha du futur. Visite du **monastère de Tsarkamo**. Rencontre avec les responsables de l'école **Kufan school**. **Déjeuner et diner inclus. Logement à l'hôtel Namra ou similaire.**



### **J7 : 20/08 TEMISGAM - KHALTSI VILLAGE - LAMAYURU (60 km)**

Petit-déjeuner. Départ pour la visite du **village de Khaltsi**. Poursuite de la journée en direction de **Lamayuru**, situé à 3510 mètres d'altitude. **Déjeuner et dîner inclus**. Installation pour 2 nuits à l'hôtel **Moonland ou similaire**.



### **J8 : 21/08 LAMAYURU**

Petit-déjeuner. Journée sur **Lamayuru**. Visite du monastère qui héberge 200 moines et lamas dont 50 enfants moines qui sont accueillis dès l'âge de 4 ans. Après-midi découverte des spectaculaires paysages autour du monastère de Lamayuru, également connu sous le nom de « lieu de liberté». **Déjeuner et dîner inclus**. Logement à l'hôtel **Moonland ou similaire**.



### **J9 : 22/08 LAMAYURU – MAGNETIC HILL / BASGO / LEH (160 KM)**

Petit-déjeuner. Retour vers Leh en faisant un stop à **Magnetic Hill** : On dit que cette petite colline défie la gravité car elle a tendance à tirer les véhicules vers le haut. La théorie scientifique affirme qu'il existe une forte force magnétique émanant des collines qui défie la gravité à cet endroit particulier. La superstition locale du Ladakhi croit que la route est un escalier droit menant au paradis. Arrêt ensuite au Gurudwara Pathar Sahib. Arrêt à **Basgo** à 40 km de Leh pour visite du **monastère bouddhiste de Basgo**. Le monastère est situé au sommet de la colline surplombant les ruines de l'ancienne ville et est connu pour sa statue de Bouddha et ses peintures murales. Arrivée à Leh. **Déjeuner et dîner inclus**. Logement à l'hôtel **Asia ou similaire**.

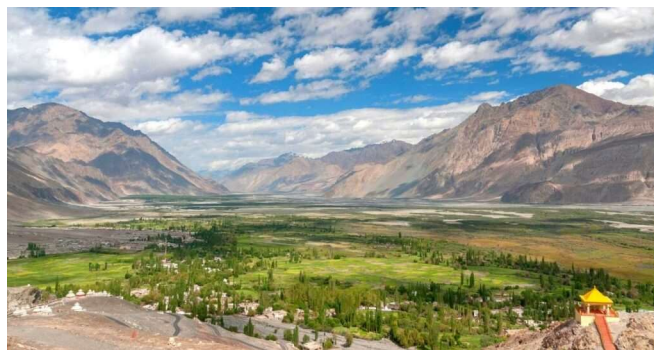


**J10 : 23/08 LEH / VALLEE DE LA NUBRA VIA LE COL DE KHARDUNG-LA (120 km / 5h) :**

Petit-déjeuner. Départ vers la vallée de la Nubra en passant par **Khardung La** (l'une des routes carrossables les plus hautes du monde) à 5 604 mètres / 18 380 pieds. Depuis le col, on peut admirer tout le chemin vers le sud au-dessus de la vallée de l'Indus jusqu'aux sommets apparemment sans fin, les crêtes de la chaîne du Zaskar et au nord jusqu'aux géants du massif du Saser. **La vallée de la Nubra**, connue sous le nom vallée des fleurs est un des rares endroits dans le monde où il est possible d' admirer dans le même contexte, les dunes de sable du désert et les montagnes avec les sommets enneigés. *À l'arrivée à Hunder, vous avez la possibilité de monter sur un chameau de Bactriane au milieu des dunes de sable de ce désert de haute altitude (en option)*



Sur le retour, arrêt à Diskit pour une balade dans le bazar et pour la visite du **monastère bouddhiste de Diskit**, vieux de 515 ans, magnifiquement situé au sommet d'une colline, face à toute la vallée. Les drapeaux de prière suspendus flatteurs, les chortens blanchis à la chaux, les sons des mantras y créent un environnement paisible. Retour et installation à **l'hôtel Sand dune ou similaire**. **Déjeuner et diner inclus.**



### J11 : 24/08 EXCURSION TURTUK & DESERT DE HUNDER (190 KM 7H A/R)

La journée dans la vallée sera consacrée à la visite **du village de Turtuk** et du **désert de Hunder**. Départ tôt après le petit-déjeuner et fin de journée avec la magnifique scène du coucher de soleil sur le désert. Turtuk, le village isolé, habité par le peuple Balti, ne s'est ouvert au tourisme qu'à partir de 2010. Préservé du temps, ce village a maintenu ses traditions et culture musulmane balte et abrite environ 300 familles. La promenade autour des champs de sarrasin et d'orge, les petites maisons éparpillées, les petites ruelles valent la peine d'être visitées. Retour à la vallée de la Nubra **Déjeuner et diner inclus**. Logement à **l'hôtel Sand dune ou similaire..**



### J12. : 25/08 VALLEE DE LA NUBRA / LEH VIA LE COL DE KHardUNG-LA (120 KM / 5 H)

Retour à Leh via Kardung la Top. À votre arrivée à Leh, installation à l'hôtel. Après-midi détente. Nuit à Leh. **Déjeuner et diner inclus**. Logement à **l'hôtel Asia ou similaire**.

### J13. : 26/08 EXCURSION AUTOUR DE LEH

Le matin visite du **monastère de Phyang** : construit vers 1530 il était connu autrefois pour son mât de prière qui indiquait une zone d'impunité pour les malfaiteurs qui parvenaient à en dépasser la limite en direction du bâtiment religieux. Le monastère est constitué de 3 salles principales : la première vouée aux différents bouddhas, la seconde indique la présence de protecteurs terrifiants et la troisième abrite d'anciennes statues de bronze probablement originaires du cachemire datant de plus de 1000 ans. L'après-midi visite du monastère de **Spituk**, perché au sommet d'une crête. Il offre une vue imprenable sur l'Indus. Construit en une série de niveaux avec des cours et des marches, il abrite l'énorme statue de la déesse Kali (dévoilée lors du festival annuel de Spitok) ainsi que de nombreuses icônes de Bouddha et 5 thangkas peuvent être visités dans ce monastère du XVe siècle.





Visite ensuite du **monastère d'Hemis** qui est le plus grand et le plus important monastère du Ladakh. Il doit sa popularité à sa situation photogénique au sein d'une verte vallée, et a une vaste collection d'œuvres datant de la période d'épanouissement de l'art cachemiri. Poursuite vers le village de Stok, gros village élevé aux maisons très dispersées qui est devenu en 1834 le fief de la famille royale exilé de Leh. Visite du **palais de Stok**, à quatre étages. Transformé partiellement en musée il possède une magnifique statue en argent de la déesse Tara outre les instruments de la religion certains objets usuels de la famille royale sont exposés. **Déjeuner et diner inclus. Logement à l'hôtel Asia ou similaire.**



#### **J14. : 27/08 JOURNEE DETENTE ET DECOUVERTE SUR LEH**

Journée improvisée sur place afin aussi de faire un peu de shopping : les boutiques ne manquent pas de collections d'ustensiles en cuivre, de châles ou des tee-shirts brodés.. **Déjeuner et diner inclus. Logement à l'hôtel Asia ou similaire.**



#### **J15.: 28/08 LEH / DELHI / VOL INTERNATIONAL DURANT LA NUIT SUIVANTE**

Petit déjeuner. Trajet tôt le matin vers l'aéroport de Leh. **Vol intérieur de Leh à Delhi.** Arrivée à Delhi et transfert dans un hotel. Chambre à disposition à compter de 14h jusqu'à tard dans la nuit. **Déjeuner et diner inclus.** Transfert retour pour l'aéroport de Delhi.

**Fin des services de l'agence locale.**

*Option vol Retour avec Qatar Airways pour Paris dans la nuit.*

#### **J16 : 29/08 ARRIVEE A PARIS**





## Immersion et Bouddhisme tibétain sur le toit du monde

**14 AU 29 AOUT 2024 - 16 JOURS / 14 NUITS**

Prix par personne établi sur la base d'un groupe de **13** participants minimum

### RENDEZ VOUS SUR PLACE

**2540 €**

#### **LE PRIX DU VOYAGE COMPREND :**

- **Les vols intérieurs de Delhi à Leh A/R avec 15 kg en soute**
- Les transports à bord de 4 X 4 & minibus tempo traveller avec frais de chauffeur, taxes de péage et frais de stationnement
- L'hébergement en chambre double à partager confortable - douche et eau chaude
- Tous les repas du premier déjeuner au dernier dîner
- Tous les droits d'entrées et permis sur place
- La présence et les enseignements de Sanjeev, accompagnateur expérimenté tout au long du circuit qui sera présent durant l'ensemble du circuit
- L'accompagnement sur place de Lilou et Isabelle
- Les enseignements de Lilou et de Isabelle qui assurera aussi les traductions
- La garantie Apst de l'agence Le Monde en Rendez Vous, un carnet de voyage et toutes les informations pratiques pour se préparer au voyage

#### **LE PRIX DU VOYAGE NE COMPREND PAS :**

- **Le billet d'avion international QATAR AIRWAYS Départ de PARIS + taxes avec un bagage en soute : 870 € par personne**
- les boissons et les pourboires
- Le Evisa pour l'Inde : 60 euros
- *Les assurances optionnelles et fortement conseillées*

*Supplément en chambre individuelle : non possible sur ce voyage*

**Prix et conditions :** Prix étudiés le 21/02/2024 sous réserve 1/ de disponibilité à bord des transports aériens au moment de votre inscription 2/ établis sur la base du taux de la monnaie suivante à ce jour : 1 euro vaut 88 roupies et susceptibles de modifications en cas de changement conséquent de ce taux au moment du solde du voyage. Formalités : **Passeport valable au minimum 6 mois après la date d'arrivée en Inde** présentant au minimum 3 pages vierges dont 2 face à Face – Visa établi par nos soins.

## Présentation des accompagnateurs :

### Sanjeev Mehta, Isabelle Démolière, Lilou Bastide

Lilou et Isabelle se sont rencontrées à Rishikesh en Inde grâce à Sanjeev et partagent leur amour de l'Inde sacrée.

**Sanjeev sera notre guide indien.** Sa passion : rendre les voyageurs heureux. Il enseigne la méditation et nous fera découvrir le Tantra et sa philosophie. Il organise depuis longtemps des voyages sur mesure et partage son amour de la nature, du sacré et du monde spirituel. Son agence est recommandée par le guide Lonely Planet et il nous emmènera hors des sentiers battus

**Isabelle, professeure de yoga** dans la région lyonnaise, membre de la FNEY, est aussi titulaire du D.U. "Cultures et spiritualités d'Asie". Grande amatrice de l'Inde, elle organise des séjours et accompagne des groupes dans le Nord et dans le Sud depuis 2016. Elle organise également des stages et des conférences lorsqu'elle accueille ses amis et enseignants indiens en France. Elle sera votre interprète lors de ce voyage.

**Lilou professeure de yoga** à Marseillan dans l'Hérault, membre de l'IFY, cultive la passion de l'Inde, son pays de cœur, et vous accompagnera chaque jour dans votre pratique de yoga et de méditation dans la joie et la bonne humeur.



L'agence de voyages le Monde en Rendez-Vous est une agence spécialisée sur la destination Inde depuis toujours. Licence d'agence 66130008 et garantie Apst (garantie de vos paiements). A votre écoute, une seule interlocutrice : Pascaline Chaix Tel 04 68 84 57 01 en charge de l'inscription, du suivi et de l'organisation du voyage

Agence LE MONDE EN RENDEZ-VOUS Tél : (+33) 468845701 / +33 615541072

Email : [contact@lemondeenrendezvous.com](mailto:contact@lemondeenrendezvous.com) - Adresse : Route de Picaubeil - Cave Coopérative - 66720 Cassagnes

Garantie financière: APST, 15 AVENUE CARNOT 75017 PARIS, France - Assurance Responsabilité civile professionnelle: 00233138 - HISCOX 19 rue Louis Le Grand, 75002 Paris, France - Licence Atout France : 66130008 Siret : 794273631 1 - Tva intracommunautaire FR94794273631.



## **Information à lire absolument avant de vous inscrire à ce voyage**

**Formalités :** un passeport valide **6 mois après la date d'arrivée en Inde est requis pour ce voyage ainsi présentant 3 pages vierges dont 2 face à face ; Visa** pour l'Inde : l'agence se proposera de cette formalité 40 jours avant le départ pour les personnes qui le souhaitent.

**Transport aérien international France Delhi A/R :** le prix du voyage ci-dessus ne prévoit pas les transports aériens internationaux. L'agence a toutefois réservé un contingent de sièges en groupe avec la compagnie Qatar Airways aux dates mentionnées et au départ de Paris. Prix du billet d'avion : 870 €. Nous vous invitons à respecter ces dates dans la mesure du possible afin de pouvoir réaliser et garantir le prix du voyage sur la base d'un groupe.

**Les deux vols intérieurs sont inclus dans le prix du voyage de Delhi à Leh et retour :** ils ne pourront être achetés que lorsque le minimum de participants sera atteint et le départ garanti. Le prix est donc susceptible de modification si la confirmation du voyage intervient après le 31 mars 2024 et selon le remplissage des vols. Nous ferons tout notre possible toutefois pour ne pas subir d'augmentation.

**Santé : des conseils pour une petite pharmacie ainsi que des informations vous seront communiquées avant le départ.** A l'arrivée à Leh, compte tenu des niveaux d'oxygène dans l'air beaucoup plus faibles, des précautions sont nécessaires et doivent être respectées. Les premiers jours seront consacrés à l'acclimatation, c'est-à-dire à l'adaptation aux conditions géographiques. Sachant que le corps n'est pas habitué à une chute soudaine du niveau d'oxygène, tout ce qui est légèrement fatigant doit être évité. Dans le cadre d'une préparation à ce voyage, il serait recommandé de commencer à marcher / faire de l'exercice tous les jours afin d'être en forme pour la haute altitude. Veuillez aussi noter qu'au Ladakh, les consommations d'alcool ou le tabagisme ne seront pas autorisés car les deux entravent la capacité du corps à réguler sa température.

**Pour valider une participation à ce voyage, il sera nécessaire de nous demander un bulletin d'inscription à compléter et à nous renvoyer - Les conditions particulières de vente et d'annulation y sont annotées.** Ce voyage sera réalisé sur la base d'un minimum de 13 participants inscrits. Un acompte sera demandé pour valider votre inscription. Cet acompte sera remboursé intégralement dans le cadre où l'agence ne serait pas en mesure de confirmer le départ.

**Echéancier des paiements : Acompte :** 700 € par personne au moment de l'inscription (acompte non remboursable car les vols intérieurs seront émis) - **Second acompte :** 500 € le 30/04/2024 - **Solde :** 45 jours avant le départ : le 30/06/2024 – L'acompte sera remboursé intégralement dans le cadre où l'agence ne serait pas en mesure de confirmer le départ.

**Assurances voyage :** nous vous recommandons de souscrire une assurance Annulation mais aussi de vous munir d'une **assurance assistance rapatriement** : cette ou ces assurances sont peut-être déjà incluses dans le cadre d'un paiement par carte bancaire - information à vérifier auprès de votre banque. Dans le cas contraire l'agence propose de souscrire une assurance au moment où vous complétez le bulletin d'inscription.

**Aléas du voyage :** l'agence ne pourra être tenue pour responsable concernant le mauvais temps, le blocage des routes, les glissements de terrain, les problèmes politiques et toute autre circonstance imprévue pendant le voyage. **Chambre à partager dans les hôtels au Ladakh :** il ne sera pas toujours possible d'obtenir des chambres à deux lits : les chambres sont généralement pourvues d'un grand lit avec deux couettes.