



## mont kailash et royaume de guge

A pied et en voiture, vous découvrirez deux lieux sacrés et historiques du monde tibétain. Le Mont Kailash à 6'714 mètres (Gang Rinpoche), situé à proximité du lac sacré Manasarovar, source de quatre des plus grands fleuves d'Asie : le Gange, le Brahmapoutre, l'Indus, le Sutlej, et haut lieu de pèlerinage, tant pour les bouddhistes que pour les hindouistes. Randonnée de trois jours au cours de laquelle vous vous mêlerez aux pèlerins. Ensuite, vous pénétrerez dans l'ancien Royaume de Gugé (X<sup>e</sup> siècle au milieu du XVII<sup>e</sup> siècle) qui abrita une civilisation brillante et fut l'une des sources de la renaissance bouddhiste. Le site archéologique de Gugé, situé dans la vallée de Khyunglung, non loin du mont sacré Kailash, abrite des fresques bouddhistes remarquables.

22 jours / 21 nuits. Dates à choix



Remarques	Inclus	Prestations	Prix indicatifs par pers. en CHF	
Voyage de Lhasa à Kathmandu. Pour les vols internationaux, d'autres catégories d'hôtels, la prolongation ou des modifications du programme : nous vous soumettons volontiers une offre détaillée.	Programme complet de visites et excursions, à pied ou en voiture privée avec chauffeur et guide, frais d'entrée dans les sites, pension complète, sauf à Lhasa (déjeuner) et Kathmandu (aucun repas, aucune visite).	Hôtels, auberges et campements y compris tentes et matériel de camping avec petit déjeuner • Transferts d'arrivée et de départ • 3 jours / 2 nuits de randonnées accompagnée y c. portage des bagages • Transport : voiture privée • Doc. de voyage.	Dès 2 personnes	11'500
			Dès 6 personnes	7'550

Lhasa (3 nuits) 🚗 Shigatse (1 nuit) 🚗 Lhatse (1 nuit) 🚗 Daoban (1 nuit) 🚗 Tsochen (1 nuit) 🚗 Gertse (1 nuit) 🚗 Gakyi (1 nuit) 🚗 Ali (1 nuit) 🚗 Toling (2 nuits) 🚗 Darchen (1 nuit) 🚗 Darchen (3 jours / 2 nuits autour du Mt Kailash) 🚗 Darchen (2 nuits) 🚗 Saga (1 nuit) 🚗 Tsonga (1 nuit) 🚗 Zhangmu (1 nuit) 🚗 Kathmandu (1 nuit)

### ITINÉRAIRE

Jour	Activité	Hébergement
<b>Jour 1</b>	<b>Arrivée à Lhasa. Transfert à l'hôtel (3 nuits)</b>	<b>Hôtel 3*</b>
Jours 1-3	Lhasa est le chef-lieu de la Région autonome du Tibet. Elle est aussi la capitale spirituelle du bouddhisme lamaïste, né de l'union de l'ancienne religion locale animiste avec le bouddhisme originel introduit par des moines indiens. D'emblée, vous serez saisi par l'émotion lorsqu'apparaîtra le palais du Potala, l'ancienne résidence des dalai-lamas qui domine la ville de sa silhouette massive. Les innombrables fidèles qui se pressent à l'intérieur du Jokhang, le plus important sanctuaire du Tibet, sont le témoin de l'extraordinaire ferveur religieuse des Tibétains. D'autres visites dans les environs immédiats de Lhasa : le parc du Norbulingka, les monastères de Sera (véritable université religieuse), de Drepung et de Ganden.	
<b>Jour 4</b>	<b>Voiture Lhasa - Shigatse (1 nuit)</b>	<b>Hôtel 3*</b>
	Shigatse, la troisième ville du Tibet, est située sur la rive sud du Yarlung-Tsangpo, à 3'900 mètres d'altitude. Le grand monastère de Tashilhumpo, la résidence des Panchen Lamas, est une véritable cité monastique, qui occupe une surface d'environ 30 hectares et dont de nombreux bâtiments, détruits pendant les années de révolution culturelle, ont été reconstruits récemment. A quelques kilomètres, le monastère de Shalu possède une des plus anciennes bibliothèques de la tradition et du bouddhisme tibétains.	
<b>Jour 5</b>	<b>Voiture Shigatse - Lhatse (1 nuit)</b>	<b>Auberge</b>
	La nouvelle ville de Lhatse, à 4050 mètres d'altitude, est située à 10 km au sud de l'ancien village et du petit monastère Gelugpa de Lhatse Chode. Au dessus du monastère, on peut voir les ruines d'un vieux dzong qui était perché sur un rocher de 150 mètres de haut à l'ouverture du canyon de Yarlung Zangbo. A quelques kilomètres, se trouvent les sources thermales de Xiqian renommées pour leurs propriétés curatives. Plus loin, on peut voir les ruines du Drampa Gyang Lhakhang, un des principaux temples géomantiques du roi du Tibet Songsten Gampo construit au VII <sup>e</sup> siècle.	
<b>Jour 6</b>	<b>Voiture Lhatse - Daoban (1 nuit)</b>	<b>Auberge</b>
<b>Jour 7</b>	<b>Voiture Daoban - Tsochen (1 nuit)</b>	<b>Auberge</b>
<b>Jour 8</b>	<b>Voiture Tsochen - Gertse (1 nuit)</b>	<b>Auberge</b>
	A Gertse se trouve un important marché où de nombreux nomades viennent acheter notamment de la laine en été. Dazhong Lu, la rue la plus intéressante, est bordées de maisons de thé tibétaines et de boutiques vendant des chuba colorés, ces manteaux traditionnels pourvus pour certains de fausse peau de mouton. Aux environs de la ville, on y trouve également une série d'intéressants Chörten.	
<b>Jour 9</b>	<b>Voiture Gertse - Gakyi (1 nuit)</b>	<b>Auberge</b>
<b>Jour 10</b>	<b>Voiture Gakyi - Ali (1 nuit)</b>	<b>Hôtel 3*</b>
	Ali, également appelée Shiquanhe (rivière de la source du lion) en chinois et Sengge Khabab (ville du lion) en tibétain, est la capitale de la préfecture de Nigari. Ali est une localité 100% chinoise. Si nombre de Tibétains flânent dans les rues, il s'agit généralement de visiteurs venus de loin.	
<b>Jour 11</b>	<b>Voiture Ali - Toling (2 nuits)</b>	<b>Auberge</b>

Jours 11-12	<p>Toling fut le plus grand, et historiquement le plus important, monastère du Tibet occidental. Son influence s'étendit du Cachemire à l'Assam. Il reflète la prospérité du royaume, visible à la grande quantité de bois de construction importé d'Inde. La caractéristique du monastère réside dans quatre chörten élançés qui couronnent les quatre coins de son toit. Le complexe orienté aux quatre points cardinaux fut élaboré comme la représentation d'un mandala. A son âge d'or, Toling compta 500 moines.</p>	
<b>Jour 13</b>	<b>Voiture Toling – Darchen (1 nuit)</b>	<b>Auberge</b>
	<p>Darchen, situé à 4560 m, est le point de départ du trekking autour du Mont Kailash. Le sommet du Kailash est considéré comme la demeure de Shiva et de sa shakti Parvati (littéralement fille de la montagne), ce qui explique son caractère sacré pour les hindous qui le voient aussi comme un lingam accompagné du yoni symbolisé par le lac Manasarovar. Selon une légende, au cours d'une altercation avec un moine bön, le maître Milarepa, pour montrer sa supériorité, se serait transporté au sommet de la montagne sur un rayon de soleil. Le mont Kailash, est sacré pour trois grandes religions. Les hindous, les bouddhistes et les fidèles de bön, religion prédominante au Tibet avant l'avènement du bouddhisme, considèrent en effet Gang Rinpoche comme une montagne sacrée. Pour les hindous, Gang Rinpoche est le symbole du Mont Meru, le centre de l'univers. Pendant trois jours, vous allez entreprendre le pèlerinage mythique (kora) autour du Mont Kailash empruntant le même chemin que les pèlerins qui se purifient ainsi de leurs péchés d'une vie. Un des points forts est la halte au grand mâit de prières de Darboché dominé par un site impressionnant de funérailles célestes. Le sentier passe devant le monastère de Chhuku, installé dans la paroi au-dessus du torrent, qui offre une excellente vue sur la pyramide enneigée du Kailash. Le chemin continue vers le monastère de Diraphuk, à 5000 m, au pied de la mythique face nord offrant 1500 mètres de verticalité. Passage du col du Drolma La à 5636 m, point culminant de ce tour du Kailash, marqué par les drapeaux à prières. Le chemin descend à travers les rochers vers le lac Gouri Kund à 5450 m où les dévots hindous sont censé briser la glace avant de se baigner dans les eaux claires. En redescendant sur Darchen, belle vue sur le lac Manasarovar et la chaîne de la Gurla Mandata.</p>	
<b>Jour 14</b>	<b>Trekking Darchen – campement 1 (1 nuit)</b>	<b>Campement / Auberge</b>
<b>Jour 15</b>	<b>Trekking campement 1 – campement 2 (1 nuit)</b>	<b>Campement / Auberge</b>
<b>Jour 16</b>	<b>Trekking campement 2 – Darchen (2 nuits), excursion au lac Manasarovar</b>	<b>Auberge</b>
Jours 16-17	<p>Le magnifique lac Manasarovar est situé à une altitude d'environ 4585 m, dominé par le Gurla Mandata (7728 m) et le Kailash (6714 m). C'est le lac d'eau douce le plus élevé du monde. Comme le mont Kailash, le lac Manasarovar est un lieu de pèlerinage pour de nombreux fidèles venant de l'Inde, du Tibet ou des autres pays voisins. C'est en effet un lac sacré dans les religions hindouiste, bouddhiste, jainiste et bön. Il constitue une des trois étapes du pèlerinage complet avec le Kailash et le site de Thirtapuri. Les pèlerins hindouistes s'y immergent, au contraire des bouddhistes. Certains pèlerins en font également le tour complet (kora).</p>	
<b>Jour 18</b>	<b>Voiture Darchen – Saga (1 nuit)</b>	<b>Auberge</b>
	<p>C'est à Saga (4700 m.) que se trouvent les plus hautes cultures d'orge,</p>	
<b>Jour 19</b>	<b>Voiture Saga – Tsonga (1 nuit)</b>	<b>Auberge</b>
<b>Jour 20</b>	<b>Voiture Tsonga – Zhangmu (1 nuit)</b>	<b>Hôtel 3*</b>
	<p>La ville de Zhangmu, située à 2'400 mètres d'altitude et accrochée au flanc de la montagne, se limite à des constructions récentes accrochées de part et d'autre de la route principale qui serpente dans la localité. Cette ville n'a strictement aucun attrait à part être le poste frontière avec le Népal.</p>	
<b>Jour 21</b>	<b>Voiture Zhangmu – Kathmandu (1 nuit)</b>	<b>Hôtel 3*</b>
	<p>De Zhangmu, une localité située à 2'400 mètres d'altitude et accrochée au flanc de la montagne, la route descend vers le «Pont de l'amitié» qui marque la frontière entre la Chine et le Népal. La voie étant souvent coupée par des glissements de terrain qui suivent la fonte des neiges et les pluies de la mousson, il faut toujours se tenir prêt à faire une partie du chemin à pied. Une fois la frontière traversée, la route jusqu'à Kathmandu serpente à travers des collines verdoyantes, des rizières et des champs de maïs, et traverse des villages très animés. Kathmandu (1'355 m), avec ses principaux sites historiques et religieux classés au patrimoine mondial de l'UNESCO: Durbar Square, les temples Bodnath, Pashupatinath et Svayambhunath, et la frénésie de ses vieux quartiers, est une des capitales les plus charmantes d'Asie. Sans oublier la richesse de sa vallée et ses anciennes capitales: Patan et Bhaktapur.</p>	
<b>Jour 22</b>	<b>Transfert à l'aéroport. Fin des services.</b>	

Les descriptifs de ville ne sont pas des programmes de visites.

Modifications réservées. Prix selon les taux et tarifs en vigueur au 01.11.2017.

Pour des modifications d'itinéraire, de programme et de prestations, d'autres catégories d'hôtels, etc, veuillez nous demander une offre détaillée.